ಆನಂದ ಪತ್ರಿಕೆಯ ೧೧ನೇ ಕುಸುಮ

ಯಜುರ್ವೇದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ

(ಮಂತ್ರಗಳ ಅರ್ಥ, ತಾತ್ಪರ್ಯ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷಾರ್ಥ)

ಗ್ರಂಥಕರ್ತಾ

ಎಸ್. ಸಂಪತ್ತೈಯ್ಯಂಗಾರ್ M. A.

ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಲಿಂಗೇಶ್ವರ ಸಂಸ್ಕೃತ ಕಾಲೇಜಿನ ನಿವೃತ್ತ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯ

1966 ರಲ್ಲಿ ಮೈಸೂರು ಸರ್ಕಾರದ ಸಂಸ್ಕೃತ ಕವಿತಾ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ

ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಪ್ರಥಮ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆದವರು

ಪ್ರಕಾಶಕರು

ಎಸ್. ಸಂಪತ್ತೈಯ್ಯಂಗಾರ್ M. A.

No. 6. ಚಾಮರಾಜಪೇಟೆ, VI ರಸ್ತೆ

ಬೆಂಗಳೂರು 18.

ಆನಂದ ಪತ್ರಿಕೆಯ ೧೧ನೇ ಕುಸುಮ

ಯಜುರ್ವೇದ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ

(ಮಂತ್ರಗಳ ಅರ್ಥ, ತಾತ್ಪರ್ಯ ಮತ್ತು ವಿಶೇಷಾರ್ಥ)

G Selvapilla

20/9/72

ಗ್ರಂಥಕರ್ತಾ

ಎಸ್. ಸಂಪತ್ತೈಯ್ಯಂಗಾರ್ M. A.

ಶ್ರೀ ಸಿದ್ಧಲಿಂಗೇಶ್ವರ ಸಂಸ್ಕೃತ ಕಾಲೇಜಿನ ನಿವೃತ್ತ ಮುಖ್ಯೋಪಾಧ್ಯಾಯ

1966 ರಲ್ಲಿ ಮೈಸೂರು ಸರ್ಕಾರದ ಸಂಸ್ಕೃತ ಕವಿತಾ ಸ್ಪರ್ಧೆಯಲ್ಲಿ

ಚಿನ್ನದ ಪದಕ ಪ್ರಥಮ ಬಹುಮಾನ ಪಡೆದವರು

ಪ್ರಕಾಶಕರು

ಎಸ್. ಸಂಪತ್ತೈಯ್ಯಂಗಾರ್ M. A.

No. 6. ಚಾಮರಾಜಪೇಟೆ, VI ರಸ್ತೆ

ಬೆಂಗಳೂರು 18.

15-5-1972

ಮುದ್ರಕರು :

ಶ್ರೀ ಸುಜಾತ ಪ್ರಿಂಟಿಂಗ್ ವರ್ಕ್ಸ್

161, 4ನೇ ಮುಖ್ಯ ರಸ್ತೆ, ಚಾಮರಾಜಪೇಟೆ,

ಬೆಂಗಳೂರು–೧೮

ಪೀಠಿಕೆ

ನಮ್ಮ ಹುಟ್ಟು ಹಿಟ್ಟಿಗಾಗಿ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲಿ ಇದೆ ಒಂದು ಗುಟ್ಟು. ಅದನು ಅರಿಯಲು ಬಿಟ್ಟು ನಾವು ಕೆಟ್ಟಿರುವೆವು. ಸಾವಿನ ಆಚೆ ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಹಾಯಿಸ ಬೇಕು. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಹಿಂದಿನಿಂದ ಎರಡು ದೃಷ್ಟಿಗಳಿವೆ. ಅವೆರಡನ್ನೂ ನಾವು ಬಳಸಬೇಕು. ಆಗ ಮಾತ್ರ ನಮಗೆ ಮುಂದಿನ ಬೆಳಕು ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಆ ಹೊಮ್ಮೆಳಕಿನಲ್ಲಿ ಕಂಗೊಳಿಸ. ವುದೇ ದೈವ–ಪರಮಾತ್ಮ. ಇದು ವಿಷ್ಣು ಪುರಾಣದ ಮಾತು (VI, 6, 2).

ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಾತ್ ಯೋಗಮಾಸೀತ ಯೋಗಾತ್ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಂ ಆವಸೇತ್ ।
ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ–ಯೋಗ–ಸಂಪತ್ತ್ಯಾ ಪರಮಾತ್ಮಾ ಪ್ರಕಾಶತೇ॥

ಸ್ವ+ಅಧಿ+ಆಯ=ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ—ತನ್ನ ಮೂಲವನ್ನು ಕುರಿತ ಜ್ಞಾನ ವಿಸ್ತಾರ· ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯು ಮೊದಲು ಇಂದ್ರಿಯದಿಂದ ಬಂದು, ವಯಸ್ಸಾಗುತ್ತಾ ಅದು ಮನಸಿ ನಲ್ಲಿ ಬಲಿಯುತ್ತದೆ. ಹೀಗೆ ಬೆಳೆಯುವುದಕ್ಕೆ ನಾವು ತರ್ಕವೆನ್ನುತ್ತೇವೆ. ಭಾಷಾಜ್ಞಾನ ಬಂದ ಮೇಲೆ ಈ ತರ್ಕವನ್ನು ಒಂದು ನಿಯಮದಲ್ಲಿ ಅಭ್ಯಾಸಮಾಡಿ ಭಾವಗಳನ್ನು ತಾಳು ತ್ತೇವೆ. ಆ ಭಾವಗಳಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮವಾದುದು "ವೇದವು ಶಾಶ್ವತವಾದ ಜ್ಞಾನರಾಶಿ" ಎನ್ನುವ ಪ್ರಕಾಶ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ "**ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ**"ವೆಂದರೆ ಅರ್ಥಸಹಿತ ವೇದಾಧ್ಯಯನ. ಈ ವೇದದ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದರಲ್ಲೂ ಒಂದು ಕ್ರಮವಿದೆ. ಬರೀ ಸಂಸ್ಕೃತ ಜ್ಞಾನ ವೊಂದೇ ಸಾಲದು. ವೇದದಲ್ಲಿ ಅಪಾರ ಗೌರವವಿಟ್ಟು, ಅದರಲ್ಲಿ ಪರಸ್ಪರ ಕಾಣುವ ವಿರೋಧಾರ್ಥಗಳನ್ನು ನಮ್ಮ ಪ್ರಾಚೀನ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಹರಿದು ಬಂದಿರುವ ಅನುಷ್ಠಾನ ಬಲದಿಂದ ಸಮನ್ವಯ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದೂ ತರ್ಕವೇ. ಆದರೆ ಈ ತರ್ಕ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ನಂಬಿರುವ ತರ್ಕವಲ್ಲ. ಇದರ ಹೆಸರು **ಮೀಮಾಂಸಾ.** ಇದರಿಂದ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಒಂದು ನಿಶ್ಚಿತವಾದ ಆಕಾರವು ಬರುತ್ತದೆ. ಇದೇ ನಾವು ಗಳಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವ. ಇದರ ಕಾರ್ಯಕಾರಿರೂಪವೇ ಶ್ರದ್ಧಾ–ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ಜೀವನದ ಹಾದಿ.

ಈ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಬ್ಬನೂ, ಒಬ್ಬಂಟಿಗನಾಗಿಯೇ ಹೋಗಬೇಕು. ದಾರಿಗೆ ಬಂದು ಸೇರಲು ಗುರುಗಳು ಬೇಕು; ಸೇರಿದ ಮೇಲೆ ನಾವು ನಾವೇ ನಡೆದು ಹೋಗಬೇಕು. ಆ ನಡೆಯೇ **ಯೋಗ.** **ಯುಜಿರ್=ಯೋಗೇ, ಯುಜಿ=ಸಮಾಧೌ** ಎನ್ನುವ ಎರಡು ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ ಬಂದಿರುವ ಪದವಿದು. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಮಂತ್ರ ಜಪ–ಇವೆರಡೇ ಈ ಯೋಗ ಅಂದರೆ ನಡೆ.

ಆದ್ದರಿಂದ "**ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಾತ್ ಯೋಗ ಮಾಸೀತ** ಎಂದರೆ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಾತ್– ಮೀಮಾಂಸಾತ್ ವೇದಾರ್ಥಂ ಪರಿಚ್ಛಿದ್ಯ–ಮೀಮಾಂಸೆಯಿಂದ ವೇದಾರ್ಥವನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿ

ತನ್ನದಾಗಿಸಿಕೊಂಡು, ಯೊಗಮಾಸೀತ–ಜ್ಞಾನ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ಮುಂದುವರಿಯಬೇಕು, ತನ್ನ ಮೂಲವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಅದರೊಡನೆ ಒಂದಾಗಬೇಕು. **ಯೋಗಾತ್ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯಂ ಆವಸೇತ್** ಎಂದರೆ, ಆ ಹಾದಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆದು ನಡೆದು ವೇದದ ಕೊನೆಯ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ನೆಲೆಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕು. **ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಯೋಗ ಸಂಪತ್ತ್ಯಾ** –ಹೀಗೆ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಮತ್ತು ಯೋಗದ ಪರಸ್ಪರ ಪುಷ್ಟಿಯಿಂದ ಸಂಪಾದಿಸುವ ಐಶ್ವರ್ಯದಿಂದ, **ಪರಮಾತ್ಮ ಪ್ರಕಾಶತೇ**–ಪರಮಾತ್ಮನು ಬೆಳಕಿಗೆ ಬರುತ್ತಾನೆ.

ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಿಕರು ಈ ಕ್ರಮವನ್ನು ಅನುಸರಿಸಿ, ಹಾಗೆ ಅವರಂತೆ ನಡೆಯಲು ಆಗದವರೂ ಕೂಡ ಸುಲಭವಾಗಿ ಆ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯವನ್ನೂ ಅಂದರೆ ವೇದದ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ಮತ್ತು ಯೋಗ ಅಂದರೆ ಆ ಅರ್ಥದಲ್ಲಿ ತೊಯ್ದು ನಿಲ್ಲುವ ವ್ಯಕ್ತಿಯ ಜ್ಞಾನ ನಡೆಯನ್ನೂ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿಸಿ ಬಾಳಲಿ–ಎನ್ನುವ ಸದ್ಭಾವನೆಯಿಂದ ನಮಗೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದೇ **ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ.** ಇದರ ಅರ್ಥ ತಿಳಿಯದೇ ಇದರಲ್ಲಿ ಶ್ರದ್ಧೆಯು ಕ್ಷೀಣವಾಗುತ್ತಿದೆ. ಇದಕ್ಕೆ ಈಗಿನ ಸಮಾಜವೂ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ. ಹೇಗೆನ್ನುವುದನ್ನು ವಿವರಿಸಬೇಕಾಗಿಲ್ಲ. ಸಂಸ್ಕೃತ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದಿರುವುದು ಮತ್ತೊಂದು ಕಾರಣ. ಆ ಕಾರಣವಿಲ್ಲದೆ ಸಂಸ್ಕೃತವನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದಿದ್ದರೂ ವೇದಾಂತ ಜ್ಞಾನವಿಲ್ಲದಿರುವುದು ಮಗದೊಂದು ಕಾರಣ ದ್ವೈತ–ಅದ್ವೈತ–ವಿಶಿಷ್ಟಾದ್ವೈತ ವೆನ್ನುವ ಮೂರು ವೇದಾಂತಗಳಲ್ಲಿ ಯಾವುದು ಸರಿ ಎನ್ನುವ ಸಂಶಯ ಬೇರೆ ಆಧುನಿಕ–ಆಸ್ತಿಕ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕಳವಳ ತಂದಿದೆ. ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಸರಿಯಾದ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿದರೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಮಾಯವಾಗುತ್ತವೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಕೆಲವು ಆಸ್ತಿಕರ ಒತ್ತಾಯದಿಂದ ಈ ಚಿಕ್ಕ ಗ್ರಂಥವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುತ್ತೇನೆ.

ಈಗಾಗಲೇ ಅನೇಕರು ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಕ್ರಮ ತಿಳಿಸುವ ಚಿಕ್ಕ ಪುಸ್ತಕಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವರು. ಮಂತ್ರಗಳ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕೆಲವರು ತಮಿಳಿನಲ್ಲೂ ಮತ್ತು ಕನ್ನಡದಲ್ಲೂ ಕೊಟ್ಟಿರುವರು. ಆದರೆ ಅವುಗಳ ದಾರಿ ಬೇರೆ. ಮಂತ್ರಗಳ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯವಾದ ಅರ್ಥವು ವೇದದ ಏಕೈಕ ಅರ್ಥಕ್ಕೆ ಸರಿ ತೂಗಿ, ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಯಾವ ವೇದಾಂತ ಜೀವನವು ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿದೆ ಎಂದು ತಿಳಿಸುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ಇಲ್ಲಿಯವರಿಗೂ ಯಾರೂ ಕೊಟ್ಟಿಲ್ಲ. ಅದನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದೇ ವಿಶೇಷ. ಇದನ್ನು ಎಲ್ಲಾ ಆಸ್ತಿಕರು ನಿಷ್ಪಕ್ಷಪಾತ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಿ ಆದರಿಸುವರೆಂದು ನಂಬಲಾಗಿದೆ.

ಶ್ರೀಮಾನ್ ರಾಜಗೋಪಾಲೈಯ್ಯಂಗಾರ್ಯರು ಇದರ ಮುದ್ರಣದ ಹೆಚ್ಚು ಹೊರೆಯನ್ನು ತಾವೇ ಹೊತ್ತು ನಮಗೆ ಪರಮೋಪಕಾರ ಮಾಡಿರುತ್ತಾರೆ. ಅವರಿಗೆ ನಾನು ಚಿರಋಣಿಯಾಗಿರುವೆವು. ಅವರ ಸಲಹೆಯಂತೆಯೇ ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಕ್ರಮವನ್ನೂ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಮಂತ್ರಾರ್ಥಗಳನ್ನು ಮೊದಲೇ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ, ಆಯಾ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಈ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಸೂಚಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಎಸ್. ಸಂಪತ್ತೈಯ್ಯಂಗಾರ್ M A.

ಶ್ರೀರಸ್ತು

ಅಭಿಯುಕ್ತಾನ್ ಪ್ರಣಮ್ಯಾದೌ ಸಮಾಶ್ರಿತ್ಯ ಚ ಸದ್ಗುರೂನ್ ।
ಸಂಧ್ಯಾವಂದನಭಾಷ್ಯಂ ತದ್ವಚ್ಮಿ ಸರ್ವೋಪಕಾರಕಂ ॥

ಎಲ್ಲರ ಹುಟ್ಟು ಸ್ವಾಭಾವಿಕ ಪ್ರಕೃತಿ ಪರಿಣಾಮದಿಂದ ಎಂದು ಈಗಿನ ವಿಜ್ಞಾನವು ಸಾರುತ್ತಿದೆ. ಅದು ತನ್ನಿಂದ ಬಂದಿದ್ದೆಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವನು. ಆ ಹುಟ್ಟಿನೊಡನೆ ಜಾತಿಯನ್ನೂ ತಾನೇ ಕೊಟ್ಟಿರುವೆನೆಂದೂ, ಆಯಾ ಜಾತಿಯವರು ಪರಿಶುದ್ಧ ಜೀವನ ನಡೆಯಿಸಿ, ತನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಬಂದು ಸೇರಲು ಸಹಾಯ ಮಾಡಲು ಕರ್ಮಗಳನ್ನೂ ತಾನೇ ಕಲ್ಪಿಸಿರುವೆನೆಂದೂ ಹೇಳಿರುವನು. ಈಗ ಪ್ರಪಂಚವೆಲ್ಲವೂ ಈ ಭಗವದ್ಗೀತೆಗೆ ಮಾನ್ಯತೆ ಕೊಟ್ಟಿದ್ದರೂ, ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನ ಈ ಮಾತನ್ನು ಮಾತ್ರ ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಅಷ್ಟಾಗಿ ಗಮನಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ.

ಚಾತುರ್ವರ್ಣ್ಯಂ ಮಯಾ ಸೃಷ್ಟಂ ಗುಣಕರ್ಮವಿಭಾಗಶಃ ।
ತಸ್ಯ ಕರ್ತಾರಮಪಿ ಮಾಂ ವಿದ್ಧ್ಯಕರ್ತಾರಮವ್ಯಯಂ ॥ VI-13

ಎಲ್ಲರ ಶರೀರವೂ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಒಂದು ಪರಿಣಾಮ ವಿಶೇಷ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸತ್ವ, ರಜಸ್ಸು, ತಮಸ್ಸು ಎನ್ನುವ ಮೂರು ಗುಣಗಳೂ ಶರೀರದಲ್ಲಿವೆ. ಆದರೆ ಅವು ಒಂದೇ ಪ್ರಮಾಣದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಸತ್ವಗುಣವೂ, ಕೆಲವು ವೇಳೆ ರಜೋಗುಣವೂ ಮತ್ತು ಕೆಲವು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ತಮೋಗುಣವೂ ಮೇಲೆದ್ದಿರುತ್ತದೆ. ಸತ್ವಗುಣವೆದ್ದಿರುವಾಗ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶವೂ, ರಜೋಗುಣವೆದ್ದಿರುವಾಗ ದುಡಿಮೆಯೂ, ತಮೋಗುಣವೆದ್ದಿರುವಾಗ ಸೋಮಾರಿತನವೂ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಕೀಲುಗೊಂಬೆಯಾಗಿ, ಅದು ಆಡಿಸುವಂತೆ ಆಡುತ್ತೇವೆ. ಸುಖ, ದುಃಖ, ಅಸೂಯೆ ಮೊದಲಾದ ಗುಣಗಳಿಂದ ಬಂಬರವಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ನೆಲೆಯಾದ ಶಾಂತಿ ಮತ್ತು ಸೌಖ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸುತ್ತೇವೆ. ಆದರೆ ಅದು ಹೇಗೆ ಸಾಧ್ಯವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಮಾತ್ರ ಗಮನಿಸುತ್ತಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಹೇಳಿದ “ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸತ್ವ–ರಜಸ್ಸು–ತಮೋಗುಣಗಳ ವಿಭಾಗಗಳಿಂದಲೂ, ಅವಲ್ಲಿ ಸತ್ವಗುಣವೇ ಮೇಲೆದ್ದು ನಿಲ್ಲಲು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ತೋರಿಸಿ, ವಿಭಾಗ ಮಾಡಿಕೊಡುವುದರಿಂದಲೂ ನಾಲ್ಕು ಜಾತಿಯನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿರುವೆನು ; ಹೀಗೆ ಸೃಷ್ಟಿಮಾಡಿರುವುದು ನನಗಾಗಿ ಅಲ್ಲ ” ಎಂದು. “ ಚಾತುರ್ವರ್ಣ್ಯಂ ” ಎನ್ನುವ

ಪದದಿಂದ "ನಾಲ್ಕು ಜಾತಿ" ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥ ಬರುವುದಿಲ್ಲವೆಂದು ಕೆಲವರು ಹೇಳುತ್ತಾ ಜಾತಿಯ ಕಟ್ಟುಸಿಟ್ಟನ್ನು ಭಗವದ್ಗೀತೆಯು ಹೇಳುತ್ತಿಲ್ಲವೆಂದು ತಮ್ಮ ಪಾಂಡಿತ್ಯವನ್ನು ಪ್ರಕಾಶ ಮಾಡಿ ತೋರಿಸಿರುವರು. ಇದಕ್ಕೆ ಸಮಾಧಾನವನ್ನು ಕೊಡಬಹುದು. ಬೇರೆ ಪುಸ್ತಕದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಜಾತಿಯನ್ನು ಕಿತ್ತೊಗೆಯಬೇಕೆನ್ನುವ ಕುತೂಹಲವೇ ಅವರನ್ನು ಹೀಗೆ ವಾದಿಸುವಂತೆ ಮಾಡಿದರೂ, ಮಾನವನ ಸ್ವಭಾವವನ್ನು ಅಳಿಸಲು ಯಾರಿಂದಲೂ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹುಟ್ಟಿನಲ್ಲೇ ಮಾನವನ ಶಕ್ತಿ, ಸಾಮರ್ಥ್ಯ, ಬುದ್ಧಿ–ಇವು ಅಡಗಿವೆ ಮತ್ತು ವಯಸ್ಸಾಗುತ್ತಾ ಪ್ರಕಾಶಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ. ಇದು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತಿರುವ ವಿಷಯ. ಹುಟ್ಟಿನಿಂದಲೇ ಕೆಲವರು ಶಾಂತಚಿತ್ತರಾಗಿ ಬುದ್ಧಿವಂತರಾಗಿರುವರು. ಇದು ಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಗುಣ. ದುಡಿಯುತ್ತಿರುವುದೇ ಎಲ್ಲರ ಸ್ವಭಾವದಲ್ಲಿದ್ದರೂ ಬುದ್ಧಿವಂತಿಗೆಯಿಂದ ಶಾಂತ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ ದುಡಿಯುವಂತಿದ್ದರೆ ಅದೇ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ್ಯ. ಈ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ್ಯದ ನೇತೃತ್ವದಲ್ಲಿ ರಾಜ್ಯಪರಿಪಾಲನೆಯಲ್ಲೇ ನಿರತನಾಗಿದ್ದರೆ ಅವನು ಕ್ಷತ್ರಿಯ. ಹಾಗೆಯೇ ಧನಕನಕ್ಕಾದಿಗಳಿಗಾಗಿ ದುಡಿಯುವವನು ವೈಶ್ಯ. ಈ ಮೂರು ಜಾತಿಯವರಿಗೆ ಜೀವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಸಹಾಯಕನಾಗಿ ಕಾಯಕ ದುಡಿಮೆಯಲ್ಲಿ ಪ್ರೀತಿಯಿಟ್ಟಿರುವವನು ಶೂದ್ರ. ಈಗಿನ ಸಮಾಜ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಬ್ರಾಹ್ಮಣ, ಕ್ಷತ್ರಿಯ, ವೈಶ್ಯ, ಶೂದ್ರರೆಂದು ಈ ನಾಲ್ಕು ಗುಣಗಳಿಂದಲೇ ಗುರ್ತಿಸಬೇಕಾಗಿ ಬಂದಿದೆ. ಆಯಾ ಜಾತಿಯ ಗುಣವು ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿಯಬೇಕಾದರೆ ಏನು ಮಾಡಬೇಕು ಎನ್ನುವುದೇ ಜಾತಿ ಧರ್ಮ. ಈಗ ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾಗಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆಯೇ ಮಿಕ್ಕವರೂ ಅವರವರಾಗಿಲ್ಲ. ಆದರೂ ಜಾತಿಯನ್ನು ಅಳಿಸಲು ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಬ್ರಾಹ್ಮಣನು ಬ್ರಾಹ್ಮಣನಾಗಿಯೂ, ಕ್ಷತ್ರಿಯನು ಕ್ಷತ್ರಿಯನಾಗಿಯೂ, ವೈಶ್ಯನು ವೈಶ್ಯನಾಗಿಯೂ, ಶೂದ್ರನು ಶೂದ್ರನಾಗಿಯೂ ಇದ್ದು, ಸಮಾಜದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಶಾಂತಿ ಸುಖಗಳಿಗೆ ಕಾರಣನಾಗಬಹುದು ಎನ್ನುವುದನ್ನೇ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ತಿಳಿಸಿರುವನು. ಜಾತಿಗಳಲ್ಲಿ ಕೀಳು ಮೇಲು ಎನ್ನುವ ಪ್ರಶ್ನೆ ಸಮಾಜ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲ್ಲ. ಇದು ವೈಯಕ್ತಿಕ. ಆಯಾ ಜಾತಿಯಲ್ಲಿ ಹುಟ್ಟುವವರು ಆಯಾ ಜಾತಿಯ ಗುಣವನ್ನು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಹಿತವಾದ ಕರ್ಮಗಳೇ ಜಾತಿಧರ್ಮ. ಸಮಾಜಕ್ಕೆ ಶತ್ರುವಾಗದೆ, ಅದರ ಒಂದು ಹಿತವಾದ ಅಂಗವಾಗಿ ಉಳಿಯಬೇಕಾದರೆ, ಆಯಾ ಜಾತಿಯ ಧರ್ಮವನ್ನು ನಡೆಯಿಸಿಕೊಂಡು ಬಂದರೆ ಮಾತ್ರ ಅದು ಸಾಧ್ಯ. ಒಳ್ಳೆಯವನಾಗುವುದು ವ್ರತದಿಂದವಲ್ಲದೆ ಕೇವಲ ಹೇಳಿಕೆಯಿಂದಲ್ಲ. ವ್ರತವೆಂದರೆ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಆಯಾ ಜಾತಿಯವರಿಗೆ ವಿಹಿತವಾದ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವುದಲ್ಲದೆ, ಅವನ್ನು ವಿಹಿತ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವುದೂ ಒಂದು ನಿಯಮವಾಗಿರಬೇಕು. ಇದು **ವರ್ಣಧರ್ಮ,** ಅಂದರೆ ಸತ್ವ–ರಜಸ್ಸು–ತಮಸ್ಸು ಎನ್ನುವ ಜೀವಿಕೆಯ ಮೂರು ಬಣ್ಣಗಳಲ್ಲಿ ಆಯಾ ಒಂದೊಂದು ಗುಣವನ್ನೇ ಪ್ರಧಾನ ಬಣ್ಣವನ್ನಾಗಿ ಉಳ್ಳ ಮನಸ್ಸುಳ್ಳವರು, ಸತ್ವಗುಣವನ್ನೇ ಪ್ರಧಾನ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಮಾಡಬೇಕಾದ ಕರ್ಮ. ಇದಲ್ಲದೆ, ನಮ್ಮ ಜೀವಿಕೆಯಲ್ಲಿ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ, ಗಾರ್ಹಪತ್ಯ, ಸನ್ಯಾಸವೆನ್ನುವ ಪರ್ವಕಾಲವೂ ಒದಗುತ್ತದೆ. ಆಗ, ಆಯಾ ಪರ್ವಕ್ಕೆ ಅಂದರೆ ಆಶ್ರಮಕ್ಕೆ ವಿಹಿತವಾದ ಕರ್ಮಗಳೂ ಇವೆ. ಅವು **ಆಶ್ರಮ**

ಧರ್ಮಗಳು. ಹೀಗೆ **ವರ್ಣಾಶ್ರಮ ಧರ್ಮವನ್ನು** ತಪ್ಪದೆ ಪರಿಪಾಲನೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು ಬರುವುದರಿಂದ ಮಾತ್ರ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸತ್ವಗುಣವೇ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯವೆಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನೇ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವನು. ವೇದದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವುದನ್ನೇ ತಾನೂ ಹೇಳಿರುವೆನೆಂದಿರುವನು. ವೇದವೇ ಶಾಸ್ತ್ರ. ಅದು ಹೇಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ನಡೆಯುವುದು ನಮ್ಮ ಕರ್ತವ್ಯ. "**ತಸ್ಮಾಚ್ಛಾಸ್ತ್ರಂ ಪ್ರಮಾಣಂ ತೇ ಕಾರ್ಯಾಕಾರ್ಯವ್ಯವಸ್ಥಿತೌ**" (XVI) ಎಂದು ಅವನೇ ಹೇಳಿರುವನು.

ತ್ರೈಗುಣ್ಯವಿಷಯಾ ವೇದಾಃ ನಿಸ್ತ್ರೈಗುಣ್ಯೋ ಭವಾರ್ಜುನ ।
ನಿರ್ದ್ವಂದ್ವೋ ನಿತ್ಯಸತ್ವಸ್ಥೋ ನಿರ್ಯೋಗಕ್ಷೇಮ ಆತ್ಮವಾನ್ ॥ II–45

"ಅರ್ಜುನ! ಸತ್ವ, ರಜಸ್ಸು ಮತ್ತು ತಮಸ್ಸು ಈ ಮೂರು ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ಒಂದೊಂದು ಗುಣವನ್ನೇ ಅವಶರಾಗಿ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ತೋರ್ಪಡಿಸುತ್ತಿರುವವರನ್ನೇ ವೇದವು ತನ್ನ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿಟ್ಟಿದೆ (ತ್ರೈಗುಣ್ಯ ವಿಷಯಾ ವೇದಾಃ); ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಒಂದಾದ ಮೇಲೊಂದು ಕಾಣಿಸುವಂತೆ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಈ ಪ್ರಕೃತಿ ಪರಿಣಾಮಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗದೆ ಆತ್ಮವಾಗಿರುವ ನೀನು ನೀನಾಗಿ ನಿಲ್ಲಬೇಕು (ನಿಸ್ತ್ರೈಗುಣ್ಯೋ ಭವ); ಅಂದರೆ ನೀನು ಸುಖ–ದುಃಖ, ಲಾಭಾಲಾಭ, ಜಯಾಪಜಯವೆನ್ನುವ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಗೊಂದಲಕ್ಕೆ ಸಿಗಬೇಡ (ನಿರ್ದ್ವಂದ್ವಃ); ನಿತ್ಯವಾಗಿ ಸತ್ವಗುಣವೇ ಎದ್ದಿರುವಂತೆ ಮಾಡಿಕೊ (ನಿತ್ಯಸತ್ವಸ್ಥಃ); ಇದ್ದ ಐಶ್ವರ್ಯ ಹೋಯಿತಲ್ಲಾ ಎಂದು ಅಳಬೇಡ; ಐಶ್ವರ್ಯಕ್ಕಾಗಿ ಪರದಾಡಬೇಡ (ನಿರ್ಯೋಗ ಕ್ಷೇಮಃ); ನಿನ್ನ ಮನಸ್ಸನ್ನು ನಿನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊ (ಆತ್ಮವಾನ್)." ಇದು ಶ್ಲೋಕದ ಅರ್ಥ.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ, **ವರ್ಣಾಶ್ರಮ ಧರ್ಮ** ಪರಿಪಾಲನೆಯಿಂದಲೇ ಎಲ್ಲರೂ ತಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸತ್ವಗುಣವೇ ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಾಧ್ಯ. ಅದರಲ್ಲಿ ಮೇಲಿನ ಮೂರು ಜಾತಿಯವರಿಗೆ ಪ್ರಧಾನವಾದುದು **ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ.** ಅದರ ಮಹತ್ವವನ್ನು ತಿಳಿಯದೆ ಅದನ್ನು ಎಷ್ಟೋ ಜನ ಬಿಟ್ಟಿರುವರು. ಅರ್ಥ ತಿಳಿಯದೆ ಮಹತ್ವ ತಿಳಿಯುವುದಿಲ್ಲ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ, ಅದರ ಅರ್ಥವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಕೊಡಲು ಪ್ರಯತ್ನಿಸಿರುತ್ತೇನೆ. ಇದು ಶಾಸ್ತ್ರವು ಹೇಳುತ್ತಿರುವ ಕರ್ಮ.

ಈಗಿನವರಿಗೆ ಯಾವುದು ಶಾಸ್ತ್ರವೆನ್ನುವುದರಲ್ಲೇ ಸಂಶಯವಿದೆ. ಏಸು ಮತದವರಿಗೆ **ಬೈಬಲ್** ಶಾಸ್ತ್ರ, ಇಸ್ಲಾಂ ಮತದವರಿಗೆ **ಕುರಾನ್ ಶಾಸ್ತ್ರ ;** ಪಾರ್ಶಿಗಳಿಗೆ **ಜೆಂಡವೆಸ್ಟಾ** ಶಾಸ್ತ್ರ ; ಹಾಗೆಯೇ ನಮಗೆ **ವೇದ**–ಎನ್ನುವುದು ಕೆಲವರ ಅಭಿಪ್ರಾಯ. ಎಲ್ಲಾ ಸಾಮಾನ್ಯ **ಬುದ್ಧಿ**ಗೆ ತೋರುವುದು ಹೀಗೆ. ಇದು ಸರಿಯೆ ?

ಅತಿ ಪ್ರಾಚೀನ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯೆಂದರೆ ಹಿಂದೂ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯೆನ್ನುವುದನ್ನು ಈಗ ಪ್ರಪಂಚವೇ ಒಪ್ಪಿದೆ. ಆ ಸಂಸ್ಕೃತಿಯನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುತ್ತಿರುವುದು ವೇದವೆನ್ನುವುದನ್ನೂ ಎಲ್ಲರೂ ತಿಳಿದಿರುವರು. ಈ ವೇದ ಅನೇಕ ವಿದ್ವಾಂಸರಿಂದ ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟ ಗ್ರಂಥಗಳ ಸಂಕಲನವೆಂದು ಪಾಶ್ಚಾತ್ಯರು ನಮಗೆ ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತಲೇ ಇದ್ದಾರೆ. ನಮ್ಮವರಲ್ಲಿ ಕೆಲವರು ಅದೇ ಪಲ್ಲವಿಯನ್ನು ಲೋಕದ ಕೀರ್ತಿಗಾಗಿ ಹಾಡುತ್ತಿರುವರು. ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿಂದ ಬರೆದಿರುವುದು ಬೇರೆ. ಮತ್ತು ನಮ್ಮ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ತಾನಾಗಿಯೇ ತೋರಿದ್ದನ್ನು ಬರೆದಿಡುವುದು ಬೇರೆ. ಲೋಕಜ್ಞಾನದಿಂದ ಬೆಳೆದ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ತೋರಿದ್ದನ್ನು ಬರೆದಿಡುವುದು ಕವಿತೆ, ಕತೆ, ಕವನ ಮೊದಲಾದುವುಗಳು. ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ವಶವಾಗದಂತೆ ಮನಸ್ಸನ್ನು ಅಡಗಿಸಿಕೊಂಡು ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಎದಿರುನೋಡುತ್ತಿರುವಾಗ, ಆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬಿಂಬಿಸುವ ಅಲೌಕಿಕಾನುಭವವನ್ನು, ಅವನ್ನು ಪ್ರತಿಬಿಂಬಿಸುವ ಶಬ್ದರಾಶಿಗಳೊಡನೆ ಬರೆದಿಟ್ಟರೆ, ಅದು ಕಲ್ಪಿತವೆಂದು ಹೇಳಿದರೆ ತಪ್ಪಾಗುವುದು. ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಿಕರ ಅಲೌಕಿಕಾನುಭವದಿಂದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡ ಶಬ್ದರಾಶಿಯೇ **ವೇದ.**

1. ನಮ್ಮ ಈ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಪ್ರಪಂಚದಂತೆ ಶಬ್ದಪ್ರಪಂಚವೆನ್ನುವದೊಂದಿದೆಯೆಂದೂ 2. ಅದು ನಿತ್ಯಶಬ್ದರಾಶಿಯಿಂದ ತುಂಬಿದೆಯೆಂದೂ, 3. ಆ ಶಬ್ದರಾಶಿಯ ಏಕೈಕ ಧ್ವನಿಯೇ ಪ್ರಣಯವೆನ್ನುವ **ಓಂಕಾರವೆಂ**ದೂ, 4. ಅದು **ಹರಿಯೇ** ಪರಮಾತ್ಮನೆಂದು ಸಾರುತ್ತಿರುವುದರಿಂದಲೇ ವೇದಪಾರಾಯಣದ ಮೊದಲು ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ **ಹರಿಃ ಓಂ** ಎಂದು ಹೇಳುವ ವಾಡಿಕೆಯು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅನಾದಿ ಕಾಲದಿಂದಲೂ ಬಂದಿದೆಯೆಂದೂ, 5. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಿಂದ ಈ ಶಬ್ದ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಹೊಕ್ಕು ಯಥಾಶಕ್ತಿ ಅದರಿಂದ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದೆಂದೂ, ೬. ಹಾಗೆಯೇ ಅನೇಕ ಋಷಿಗಳು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡಿದ್ದನ್ನು ತಾನೂ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕಾಗಿ ಕೃಷ್ಣದ್ವೈಪಾಯನ ವ್ಯಾಸರು ಕೂಡಿಸಿಕೊಟ್ಟು ಅದಕ್ಕೆ ವೇದವೆಂದು ಹೆಸರಿಟ್ಟು, ಕರ್ಮಕಾಂಡ, ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಕಾಂಡವೆಂದು ವಿಭಾಗಿಸಿ, ಕರ್ಮಕಾಂಡಕ್ಕೆ ತಮ್ಮ ಶಿಷ್ಯರಾದ ಜೈಮಿನಿಯಿಂದಲೂ, ಜ್ಞಾನಕಾಂಡಕ್ಕೆ ತಾನೂ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮೀಮಾಂಸ ಶಾಸ್ತ್ರವನ್ನು ಪ್ರಚಾರಕ್ಕೆ ತಂದರೆಂದೂ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಬಹಳ ಹಿಂದಿನಿಂದ ಸಂಪ್ರದಾಯವು ಬೆಳೆದು ಬಂದಿದೆ. ಇದರಲ್ಲಿ ನಾವು ನಂಬಿಕೆಯನ್ನು ಇಡಲೇಬೇಕು.

ಯೋಗದ ಮಹತ್ವವನ್ನು ಅರಿತು ಅದರ ಅಭ್ಯಾಸ ಬಲದಿಂದ, ಋಷಿ, ರಾಜರ್ಷಿ, ದೇವರ್ಷಿ ಮತ್ತು ಬ್ರಹ್ಮರ್ಷಿಗಳೆಂದು ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾದ ಮಹನೀಯರ ವಂಶಕ್ಕೆ ಸೇರಿರುವ ನಮ್ಮ ಶಾಸ್ತ್ರಕ್ಕೂ, ಯೋಗದ ಗಂಧವೇ ಇಲ್ಲದೆ, ಕೇವಲ ಪ್ರತಿಭೆಯಿಂದ ಕೆಲವು ಅಲೌಕಿಕ ಭಾವನೆ ಸೂಸುವ ದೇಶಭಾಷೆಗಳಲ್ಲಿ ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟು ಪ್ರಚಾರದಲ್ಲಿರುವ ಶಾಸ್ತ್ರಗಳಿಗೂ ವ್ಯತ್ಯಾಸವಿದೆ.

ಮನಸ್ಸೆನ್ನುವುದು ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಿಗೂ ಸಿಕ್ಕಿರುವ ಅಮೂಲ್ಯ ವಸ್ತು. ಇದರಿಂದಲೇ ನಾವು ಉಳಿಯಲೂಬಹುದು, ಅಳಿಯಲೂಬಹುದು. ಉಳಿಯಲು ಅದನ್ನು ನಮ್ಮ ವಶದಲ್ಲಿಟ್ಟಿರಬೇಕು. ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ವಶವಾಗುವ ಮನಸ್ಸು ಯಾವತ್ತಿಗೂ ನಮ್ಮ ಶತ್ರು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಪರಾಶರರು ವಿಷ್ಣು ಪುರಾಣದಲ್ಲಿ (VI, 7, 28)

ಮನ ಏವ ಮನುಷ್ಯಾಣಾಂ ಕಾರಣಂ ಬಂಧಮೋಕ್ಷಯೋಃ ।
ಬಂಧಾಯ ವಿಷಯಾಸಂಗೀ ಮುಕ್ತ್ಯೈ ನಿರ್ವಿಷಯಂ ಮನಃ ॥

ಎಂದಿರುವರು. ಈ ಮನಸ್ಸು ಬೆಳೆದು ನಾಲ್ಕು ಅಂತಸ್ತನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತದೆ. ಈ ನಾಲ್ಕು ಅಂತಸ್ತನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ ಅದನ್ನು **ಅಂತಃಕರಣವೆಂದು** ಕರೆಯುವ ಶಾಸ್ತ್ರ ಮರ್ಯಾದೆ ಇದೆ.

ಮನೋ ಬುದ್ಧಿಃ ಅಹಂಕಾರಃ ಚಿತ್ತಂ ಕರಣಮಾಂತರಂ ।
ಸಂಶಯೋ ನಿಶ್ಚಯೋ ಗರ್ವೋ ಸ್ಮರಣಂ ವಿಷಯಾ ಅಮೀ ॥

"ಅಂತಃಕರಣವೆಂದರೆ **1.** ಮನಸ್ಸು, **2.** ಬುದ್ಧಿ, **3.** ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು **4.** ಚಿತ್ತ. **1.** ಸಂಶಯದಿಂದ ವರ್ತಿಸುವುದು ಮನಸ್ಸು; **2.** ನಿಶ್ಚಯ ಕೊಡುವುದು ಬುದ್ಧಿ; **3.** ನಮ್ಮನ್ನು ಅಹಂಕಾರಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಿ ವ್ಯಕ್ತಿತ್ವವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವುದು ಅಹಂಕಾರ ಮತ್ತು **4.** ನೆನೆಪು ಕೊಡುವುದು ಚಿತ್ತ." ಈ ನಾಲ್ಕರಲ್ಲಿ ಚಿತ್ತದಿಂದ ಬೆಳೆಯುವ ಬುದ್ಧಿಯೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿರುವ ಶಕ್ತಿ. ನಮ್ಮ ಮೃಗಜೀವನಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾಗಿರುವುದು ಮನಸ್ಸು. ಇದು ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಅಧೀನವಾಗಿರುವ ಅಂತಃಕರಣದ ಮೇಲಿನ ಭಾಗ, ಗಾಳಿ ಬಂದಂತೆ ಅಲ್ಲಾಡುವ, ಸಮುದ್ರದಂತಿರುವ ಅಂತಃಕರಣದ ಮೇಲು ಭಾಗ. ಇದನ್ನು ಬುದ್ಧಿಶಕ್ತಿಯಿಂದಲೇ ಅಡಗಿಸಬೇಕು. ಈ ಅಂತಃಕರಣಕ್ಕೆ ಒಡೆಯನಾಗಿರಬೇಕಾದ ಜೀವನು, ಅದೇ ಅಂತಃಕರಣದ ಮೂರನೇ ಅಂತಸ್ತಾದ ಅಹಂಕಾರಕ್ಕೆ ತುತ್ತಾಗಿ ಜನ್ಮ ತಾಳಿರುವನು. ಆದರೆ ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಕಿರಣಗಳಿರುವಂತೆ ಜೀವನಿಗೆ ಕಿರಣವಾಗಿರುವ ಜ್ಞಾನವು ಅದೇ ಅಂತಃಕರಣದಲ್ಲಿ ಬುದ್ಧಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಅದರ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ನಾವು ಉದ್ಧಾರವಾಗಲು ಬೇರೇ ಮಾರ್ಗವೇ ಇಲ್ಲ. ಶುದ್ಧ ಮತ್ತು ಸ್ವತಂತ್ರ ಬೆಳಕಾದ ಈ ಜ್ಞಾನವು ಮನಸ್ಸಿನ ಎರಡನೇ ಪರ್ವದ ಮೂಲಕವೇ, ಕಟ್ಟಿಗೆಯಲ್ಲಿ ಬೆಂಕಿಯಂತೆ, ಬೆಳಗುವುದರಿಂದ, ಮನಸ್ಸಿನ ಸತ್ವ, ರಜಸ್ಸು ಮತ್ತು ತಮಸ್ಸು ಎನ್ನುವ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಗುಣಗಳೂ ಆ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಸಂಕ್ರಾಂತವಾಗುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಕೆಟ್ಟ ಬುದ್ಧಿ, ಒಳ್ಳೇ ಬುದ್ಧಿಯೆಂದು ನಮಗೆ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ನಮ್ಮ ಶಾಸ್ತ್ರವು ನಮ್ಮ ಹಿತಕ್ಕಾಗಿ ಹೇಳಿರುವ ವರ್ಣಾಶ್ರಮ ಧರ್ಮದ ಅನುಷ್ಠಾನದಿಂದ ಬುದ್ಧಿಯು ಸಾತ್ವಿಕವಾಗಿ ಶುದ್ಧ ಜ್ಞಾನವು ಬೆಳಗುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಲೌಕಿಕ ಆಸೆಗಳಿಗೆ ಮಣಿಯುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಬುದ್ಧಿಯೇ ಬುದ್ಧಿ. ಅದನ್ನು

ಆಶ್ರಯಿಸದೆ ಬೇರೆ ದಾರಿಯೇ ಇಲ್ಲ. "ನಾನು" ಎನ್ನುವ ಚೇತನನಿಗೆ ಶರೀರದಿಂದ ಬರುವ ಯಾವ ಪ್ರಯೋಜನವೂ ಬೇಕಿಲ್ಲ. ಈ ಜ್ಞಾನವೇ ಮೂಲವಾಗಿ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ನಾವು ಬೆಳೆಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಹೇಳಿದ (II, 49 ಮತ್ತು 50.)

ಬುದ್ಧೌಶರಣ ಮನ್ವಿಚ್ಛ ಕೃಪಣಾಃ ಫಲಹೇತವಃ ।
ಬುದ್ಧಿಯುಕ್ತೋ ಜಹಾತೀಹ ಉಭೇ ಸುಕೃತದುಷ್ಕೃತೇ ॥

"ಅರ್ಜುನ; ಬುದ್ಧಿಯಲ್ಲಿ ಶರಣು ಹೋಗುತ್ತಲೇ ಇರು; ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಫಲಕ್ಕೆ ಕಾರಣವಾದವು ಯಾವತ್ತಿಗೂ ದರಿದ್ರವಾದವು; ಬುದ್ಧಿಯಿರುವವನು ಮಾತ್ರ ಸುಕೃತವನ್ನೂ ದುಷ್ಕೃತವನ್ನೂ ಇಲ್ಲಿ ಬಿಡುತ್ತಾನೆ."

ಆಸೆಯೆಂದರೆ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ವಸ್ತುವಿಗಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸುವುದು. ಆತ್ಮ ವಸ್ತುವಿಗಾಗಿ ಹಂಬಲಿಸುವುದು ಆಸೆಯಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಸ್ವರೂಪಕ್ಕೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ಆಲಂಬನ ಅದು. ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಹಂಬಲ ಬಿಟ್ಟು ಆತ್ಮಚಿಂತನೆಯಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿದಾಗ, ಕೆಲವು ವೇಳೆ ಅಲೌಕಿಕ ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಕಾಶವು ಒಳಗಿನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದರಲ್ಲಿ ಎರಡು ಜಾತಿಯಿದೆ. ಇಂದ್ರಿಯ ಜ್ಞಾನ ಬಲದಿಂದ ಮನಸ್ಸು ಬಲಿಯಲು ಆರಂಭಿಸಿದಾಗ ಅದರಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳು ಕೂಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತವೆ. ದೊಡ್ಡವರಿಂದ ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನಿಗಳಿಂದ ಕಿವಿಯ ಮೂಲಕ ಗ್ರಹಿಸಬಹುದಾದ ಆತ್ಮಜ್ಞಾನ ಸಂಸ್ಕಾರವು ಹೆಚ್ಚಿದಂತೆಲ್ಲಾ, ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಆಸೆಗಳು ಕಮ್ಮಿಯಾಗುವುದಲ್ಲದೆ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿರುವ ಎಲ್ಲಾ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನೂ ಒಮ್ಮುಖವಾಗಿ ಮಾಡುವ ತೇಜಸ್ಸು ಒಳಗಿನಿಂದ ಬರುತ್ತದೆ. **ಇದು ಒಂದು ಜಾತಿಯ ಅಲೌಕಿಕ ಪ್ರಕಾಶ.** ಆತ್ಮ ವಿಷಯವಲ್ಲದ ಮತ್ತಾವ ವಿದ್ಯೆಯಲ್ಲೂ ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಆಸೆ ಬಂದರೆ ಆಗಲೂ ಅದೇ ಜಾತಿಯ ತೇಜಸ್ಸು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಬೆಳಗುತ್ತದೆ. "**ಭಾ**" ಎಂದರೆ ಬೆಳಕು. ಅದು, ಚರಿತ್ರೆ, ವಿಜ್ಞಾನ, ಸಂಶೋಧನೆ, ನೀತಿ, ನಯ ಮೊದಲಾದುವುಗಳಾದರೆ ಆಗ ಅದರ ಪ್ರಕಾಶವನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಲು ಒಳಗಿನಿಂದ ಬರುವ ಪ್ರಕಾಶ "**ಪ್ರತಿ-ಭಾ**". ವೇದಾಂತದಲ್ಲೂ ಆಯಾ ಸಿದ್ಧಾಂತಿಗಳಿಗೆ ಬರುವುದೂ **ಪ್ರತಿಭೆಯೇ**. ಆಯಾ ದೇಶದಲ್ಲಿ, ಆಯಾಸಂಪ್ರದಾಯಸ್ಥರಿಗೆ ಬರುವ ಪ್ರತಿಭೆಯು ಅವರವರಿಗೆ ಅಲ್ಲಲ್ಲಿಗೆ ಸರಿಹೋಗುತ್ತದೆ. ಇದನ್ನೇ ಅತಿಯಾಗಿ ಭಾವಿಸಿರುವುದರಿಂದಲೇ ಅನೇಕ ಮತಗಳು, ಸಂಪ್ರದಾಯಗಳು ಎದ್ದು ಪರಸ್ಪರ ದ್ವೇಷಾಸೂಯೆಗಳಿಗೆ ಕಾರಣವಾಗಿವೆ. ಆದರೆ ಆಯಾ ಸಂಪ್ರದಾಯದಲ್ಲಿದ್ದೂ, ಅದೇ ಸರ್ವಸ್ವವೆಂದು ಭಾವಿಸದೆ ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸಕ್ಕೆ ಇಳಿದರೆ, ಒಂದಾನೊಂದು ಕಾಲದಲ್ಲಿ ನಮಗೆ ಇಂದ್ರಿಯ ಜಯ ಬಂದು ಮನಸ್ಸು ಅಧೀನವಾಗಿ, ನಮ್ಮೊಳಗೆ ನಾವು ನುಗ್ಗಿ ಸಿಲುಕುವಂತಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ನಮ್ಮನ್ನು ಎದಿರುಗೊಳ್ಳಲು ಪ್ರತಿಭೆಗಿಂತಲೂ ಬೇರೆ ಜಾತಿಯ ಒಂದು ಅಸಾದೃಶ ಬೆಳಕು ಬರುತ್ತದೆ. ಇದು ಪ್ರಪಂಚದ ಎಲ್ಲಾ ಸಿದ್ಧಾಂತವನ್ನೂ ಅಳೆದು ತೋರಿಸುವ ಪ್ರಕಾಶ. ಇದರ ಹೆಸರು **ಮೇಧಾ.** ಅಂತಹ ಮೇಧಾಶಕ್ತಿಯಿಂದ ನಮಗೆ ಬಂದಿರುವುದೇ **ವೇದ.**

ಆಯಾ ವಿದ್ಯೆಗೆ ಮತ್ತು ಸಿದ್ಧಾಂತಕ್ಕೆ ಬೆಳಕನ್ನೀಯಲು ಒಳಗಿನಿಂದ ಬರುವ ಅಲೌಕಿಕ ಜ್ಞಾನ, **ಪ್ರತಿಭಾ.** ಇದು ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ Inspiration ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುತ್ತದೆ. ಒಳಗಿನ ಆತ್ಮ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಬರುವ ಬೆಳಕಾದರೂ, ಅದು ಆಯಾ ವಿದ್ಯೆಯ ಜಾತಿಗೇ ಸೇರಿರುತ್ತದೆ. ಆದರೆ ಎಲ್ಲಾ ವಿದ್ಯೆಗೂ ಬೆಳಕನ್ನು ಕೊಟ್ಟು, "ಪ್ರಪಂಚವೇ ಒಂದು ಕುಟುಂಬ ಮತ್ತು ಆ ಕುಟುಂಬದ ಹೊಣೆ ನನ್ನದು" ಎನ್ನುವ ಭಾವವು ಬರುವಂತೆ ಮನಸ್ಸಿನ ಸಂಸ್ಕಾರಗಳನ್ನೆಲ್ಲಾ ಮಾರ್ಪಡಿಸುವ ತೇಜಸ್ಸು, ಮಹಾತ್ಮರಿಗೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಅದೇ **ಮೇಧೆ.** ಆಂಗ್ಲಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ ಇದು Revelation. **ಪ್ರತಿಭೆಗೆ** ಜಾತಿಯುಂಟು **ಮೇಧೆಗೆ** ಅದಿಲ್ಲ. ಭಕ್ತಿಯಿದ್ದರೆ, ಪ್ರೀತಿಯಿದ್ದರೆ ಸಾಕು–ಪ್ರತಿಭೆಯು ಬರುತ್ತದೆ. ಭಕ್ತಿಯೊಡನೆ, ವೈರಾಗ್ಯವೂ ಬಂದು ಧ್ಯಾನಮಾಡಲು ಯೋಗ್ಯತೆ ಇರುವವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಮೇಧಾಶಕ್ತಿಯು ಕೂಡಿಬರುತ್ತದೆ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸವನ್ನು ತಿಳಿಯದವರು ಯೋಚನೆ ಮಾಡುವುದನ್ನೇ ಧ್ಯಾನವೆಂದು ತಿಳಿದಿರುವರು. ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವರಿಗೆ ಬರುವ ಪ್ರತಿಭೆಯನ್ನೇ ಮೇಧೆಯೆಂದೂ ಕರೆಯುವರು. ಯೋಗಕ್ಕೆ "1. ಯಮ 2. ನಿಯಮ 3. ಆಸನ 4. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ 5. ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ 6. ಧಾರಣ 7. ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು 8. ಸಮಾಧಿ" ಎನ್ನುವ ಎಂಟು ಅಂಗಗಳಿವೆ. 1. **ಯಮವೆಂದರೆ** "ಅಹಿಂಸೆ, ಸತ್ಯ, ಅಸ್ತೇಯ, ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯ ಮತ್ತು ಅಪರಿಗ್ರಹ" ವೆನ್ನುವ **ಸಾಮಾನ್ಯಧರ್ಮ.** 2. **ನಿಯಮವೆಂದರೆ** "ಶೌಚ, ಸಂತೋಷ, ತಪಸ್ಸು, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ, ಈಶ್ವರ ಪ್ರಣಿಧಾನ" ವೆನ್ನುವ **ವಿಶೇಷ ಧರ್ಮ.** 3. ಪದ್ಮಾಸನ ಮೊದಲಾದ ಯಾವುದಾದರೂ ಒಂದು ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲೇ ಚಲಿಸದೇ ಕೂಡುವುದು **ಆಸನ.** 4. ನಮ್ಮ ಉಚ್ಛ್ವಾಸ–ನಿಶ್ವಾಸವನ್ನು ನಿಯಮಿಸಿ, ತಡೆಗಟ್ಟಿ ವಶದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವುದು **ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ.** 5. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಯಗಳಿಸುವಾಗ ಇಂದ್ರಿಯಗಳನ್ನು ತಡೆಗಟ್ಟುವ ಪ್ರಯತ್ನವೇ **ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ.** ಕಠೋಪನಿಷತ್ತು ಈ ಐದನ್ನೇ ಯೋಗವೆಂದು ಕರೆದಿದೆ. (V–28)

ಯದಾ ಪಂಚಾವತಿಷ್ಠಂತೇ ಜ್ಞಾನಾನಿ ಮನಸಾ ಸಹ ।
ಬುದ್ಧಿಶ್ಚ ನ ವಿಚೇಷ್ಟೇತ ತಾಂ ಆಹುಃ ಪರಮಾಂ ಗತಿಂ ॥
ತಾಂ ಯೋಗಮಿತಿ ಮನ್ಯಂತೇ ಸ್ಥಿರಾಂ ಇಂದ್ರಿಯಧಾರಣಾಂ

"ಹೊರಗಿನ ಜ್ಞಾನ ಕೊಡುವ ಐದು ಜ್ಞಾನೇಂದ್ರಿಯಗಳು ಮನಸ್ಸಿನೊಡನೆ ಸೇರಿ ಬುದ್ಧಿಯೂ ಕೂಡ ಚಲಿಸದೆ ನಿಂತರೆ ಅದನ್ನೇ ಉತ್ತಮ ಗತಿಯೆಂದೂ, ಯೋಗವೆಂದೂ, ಇಂದ್ರಿಯ ಜಯವೆಂದೂ ತಿಳಿದವರು ಹೇಳುವರು". ಈ ಐದು ಅಭ್ಯಾಸಗಳು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬೇಕು–ಮುಖ್ಯವಾಗಿ ಮೊದಲಿನ ಮೂರು ಜಾತಿಯವರಿಗೆ ಬೇಕೇ ಬೇಕು. ಈ ಐದಕ್ಕೆ ಬಹಿರಂಗ ಯೋಗವೆಂದು ಹೆಸರು. ಇದಾದ ಮೇಲೆ 6. ಮನಸ್ಸನ್ನು ಒಂದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಿಲ್ಲುವುದಕ್ಕೆ ಪ್ರಯತ್ನಿಸುವುದು ಧಾರಣಾ; 7. ಇದು ಸಿದ್ಧಿಸಿದ ಮೇಲೆ ಆ ವಿಷಯವನ್ನೇ

ಸಂತತವಾಗಿ ತೈಲಧಾರೆಯಂತೆ, ಮಿಕ್ಕ ಎಲ್ಲಾ ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತಳ್ಳಿಹಾಕಿ, ಚಿಂತಿಸುವುದು **ಧ್ಯಾನ;** ಈ ಸ್ಥಿತಿಯಲ್ಲಿ ಯೋಗಿಗೆ ಹೊರಗಿನ ಪ್ರಪಂಚವು ಇಲ್ಲದಂತೆಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ; 8. ಯಾವ ವಸ್ತುವನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಲಾಗುವುದೋ, ಅದರೊಡನೆ ಐಕ್ಯಹೊಂದಿ, ಅದಾಗಿಯೇ ಆಗುವುದು ಮತ್ತು ಅದರಂತೆಯೇ ವರ್ತಿಸುವುದು **ಸಮಾಧಿ.** ಈ ಮೂರು (ಧಾರಣ–ಧ್ಯಾನ–ಸಮಾಧಿ)ಒಂದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಒಂದು ಸಾಮೂಹಿಕ **ಪ್ರಯೋಗವಾಗಿ 'ಸಂಯಮ'** ಎಂದು ಹೆಸರನ್ನು ಹೊಂದಿದೆ.

ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲದೆ ಬೇರೆ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ **ಸಮಾಧಿ**ಯನ್ನು ಹೊಂದಿದರೆ ಆ ಸಮಾಧಿಗೆ **ಸಮಾಪತ್ತಿ** ಎಂದು ಹೆಸರು. ಪೃಥ್ವಿಯಲ್ಲಿ ಸಮಾಧಿ, ಪೃಥ್ವೀಸಮಾಪತ್ತಿ ಜಲದಲ್ಲಿ, ವಾಯುವಿನಲ್ಲಿ, ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ, ಆಕಾಶದಲ್ಲಿ, ಇಂದ್ರಿಯಗಳಲ್ಲಿ, ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ–ಆಯಾ ಸಮಾಪತ್ತಿ. ಹೀಗೆ ಒಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ಸಮಾಪತ್ತಿಯ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿ, ಯೋಗ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಆತ್ಮ ಮತ್ತು ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ ವಿನಿಯೋಗಿಸಿ ಸಮಾಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದದೆ ಪ್ರಾಣ ನೀಗಿದರೆ ಆಗ ಅವರವರು ಗಳಿಸಿದ ಸಮಾಪತ್ತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ, ಆಯಾ ರೂಪವನ್ನೇ ಮುಂದಿನ ಜನ್ಮದಲ್ಲಿ ತಾಳುತ್ತಾರೆ. ಮಣ್ಣಿನಲ್ಲೇ ಸಮಾಪತ್ತಿ ಶಕ್ತಿ ಗಳಿಸಿದರೆ ಮಣ್ಣು, ಕಲ್ಲು, ಮರ, ಬಳ್ಳಿ, ಗಿಡಗಳಾಗಿಯೂ, ನೀರಿನಲ್ಲಿ ಸಮಾಪತ್ತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿದ್ದರೆ, ನದಿಗಳಾಗಿಯೂ, ಹಾಗೆಯೇ ಆಯಾ ಸಮಾಪತ್ತಿಗೆ ಅನುಗುಣವಾಗಿ ಆಯಾ ಆಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತಾರೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಮರ, ಗಿಡ, ನದಿ, ಪರ್ವತ ಮೊದಲಾದುವುಗಳನ್ನು ಚೇತನಗಳೆಂದು ಪೂಜಿಸುವ ಪದ್ಧತಿಯು ಬಂದಿದೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ಯಾವ ರೂಪವಾದರೂ ಚೇತನನೊಡನೆ ಸೇರದೆ ಸ್ವತಂತ್ರವಾಗಿಲ್ಲವೆನ್ನುವುದೇ ವೇದಾಂತದ ಮೂಲ ತತ್ವ.

ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ ಹೊಂದುವ ಸಮಾಧಿಯೇ **ಉಪಾಸನೆ.** ಈ ಉಪಾಸನೆಯ ಮಾರ್ಗದಲ್ಲೇ ಅಲೌಕಿಕ ಶಬ್ದಗಳು ಮತ್ತು ಅವುಗಳ ಅರ್ಥಗಳೂ **ಮೇಧೆ**ಯಿಂದ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತವೆ. ಆ ಶಬ್ದರಾಶಿಗಳೇ **ವೇದ.** ಇದು ಯಾವ ಜಾತಿಗೂ ಸೇರಿದ್ದಲ್ಲ. ನಿತ್ಯವಾದುದು. ಯೋಗದ ಮಹಿಮೆಯಿಂದ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬಹುದಾದ ಶಬ್ದ ರಾಶಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಮಿಕ್ಕ ಸಿದ್ಧಾಂತಗಳಲ್ಲಿರುವ ಕುರ್ರಾ ಮೊದಲಾದ ವೇದಗಳಂತಲ್ಲ ನಮ್ಮ ವೇದ. ಅವೆಲ್ಲವೂ ಪ್ರತಿಭೆಯಿಂದ ಬರೆಯಲ್ಪಟ್ಟವು. ಈ ನಮ್ಮ ವೇದದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಸರಿಯಾಗಿ ಹೇಳಬಲ್ಲವರು ಯೋಗಿಗಳಾಗಿಯೇ ಇರಬೇಕು. ಈ ಯೋಗಿಗಳು ಹೊಂದುವ **ಮೇಧೆ** ಅನ್ಯಾದೃಶವಾದುದು. ವೇದವೇ

" ಮೇಧಾದೇವೀ ಜುಷಮಾಣಾ ನ ಆಗಾತ್......
ತ್ವಯಾ ಜುಷ್ಟಃ ಋಷಿ ರ್ಭವತಿ—

ಮೇಧಾದೇವಿಯು ನಮ್ಮೊಡನೆ ಬಂದು ಸೇರಲಿ; ಅವಳ ಸಂಪರ್ಕದಿಂದಲೇ ಯೋಗಿಯು ಋಷಿಯಾಗುವನು"—ಎಂದಿದೆ.

" ಋಷಿರೇವಾರ್ಹತಿ ವೇದಿತುಂ ಋಷೇರಭಿಪ್ರಾಯ ಮಿತಿಹಿ ನೀತಿಜ್ಞಾಃ

ಒಬ್ಬ ಋಷಿಯ ಮಾತಾದ ವೇದದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಮತ್ತೊಬ್ಬ ಋಷಿಯೇ ಅರಿಯಬಲ್ಲ "–ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಿಕರು ಹೇಳಿರುವರು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಆಚಾರ್ಯನಾಗಿರಲು ಅವನು **ಶ್ರೋತ್ರಿಯನೂ ಬ್ರಹ್ಮನಿಷ್ಠನೂ** ಆಗಿರಬೇಕೆಂದು ಮುಂಡಕೋಪನಿಷತ್ತು ಹೇಳುತ್ತಿದೆ. ಬ್ರಹ್ಮನಿಷ್ಠನೆಂದರೆ ಉಪಾಸನೆ ಮಾಡಲು ಯೋಗ್ಯತೆಯುಳ್ಳ ಯೋಗಿ; ಶ್ರೋತ್ರಿಯನೆಂದರೆ ವೇದವನ್ನು ತಿಳಿದವನು ಅಂದರೆ ವೇದಶಬ್ದರಾಶಿಯನ್ನೂ ಅದರ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ತಿಳಿದವನು.

ಅಂತಹ ಶ್ರೋತ್ರಿಯರೂ ಬ್ರಹ್ಮನಿಷ್ಠರೂ ಆದ ಋಷಿಗಳು, ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗಕ್ಕೆ ಅಧಿಕಾರಿಗಳಾದ ಬ್ರಹ್ಮ, ಕ್ಷತ್ರಿಯ ಮತ್ತು ವೈಶ್ಯರು ತಮ್ಮ ಯೋಗ್ಯತೆಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿಕೊಂಡು ಬರಲು ಬಹಿರಂಗ ಯೋಗವಾದ ಯಮ, ನಿಯಮ, ಆಸನ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ, ಪ್ರತ್ಯಹಾರವೆನ್ನುವ ಅಭ್ಯಾಸಗಳನ್ನು ಒಂದು ಕ್ರಮದಲ್ಲಿ ಜೋಡಿಸಿ ಅದರೊಡನೆ ವೇದಾಂತದ ಸಾರಭೂತ ಅರ್ಥವನ್ನು ಸೂಸುವ ವೇದ ಮಂತ್ರಗಳನ್ನೂ, ಜಪಗಳನ್ನೂ ಕೂಡಿಸಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದೇ **ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ**. "ಸಂಧ್ಯಾ" ಎಂದರೆ ನಡುವಿನಕಾಲ ಸೂರ್ಯ ಹುಟ್ಟುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಇರುವ ಕತ್ತಲೆಗೂ ಸೂರ್ಯ ಹುಟ್ಟಿದ ಮೇಲೆ ಬರುವ ಬೆಳಕಿಗೂ ಮಧ್ಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ತೋರುವ ಹೊಬ್ಬು–ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾ; ಸೂರ್ಯನ ಬೆಳಕು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತಾ ಶಾಖೆಯು ಪರಮಾವಧಿ ಸ್ಥಿತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿ ಮತ್ತೆ ಶಾಖೆಯು ಕಮ್ಮಿಯಾಗುತ್ತಾ ಬರುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಬೆಳಕಿನ ಮತ್ತು ಶಾಖೆಯ ಉನ್ನತ ಕಾಲವೂ ಸಂಧ್ಯಾ. ಇದು **ಮಧ್ಯಸಂಧ್ಯಾ**. ಸೂರ್ಯನು ಮುಳುಗುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲಿನ ಬೆಳಕಿಗೂ, ಮುಳುಗಿದ ಮೇಲೆ ಕ್ರಮೇಣ ತಲೆದೋರುವ ಕತ್ತಲೆಗೂ ನಡುವಿನ ಕಾಲ **ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾ**. ಈ ಮೂರು ಸಂಧ್ಯಾ ಕಾಲದಲ್ಲಿ ಆಚರಿಸಬೇಕಾಗಿರುವ **ವಂದನೆಯೇ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ**. ಈ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಅರ್ಥವನ್ನು ತಿಳಿದರೆ ವೇದಾಂತದಲ್ಲಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಅಭಿಪ್ರಾಯಕ್ಕೆ ಅವಕಾಶವೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ.

ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ **1.** ಆಚಮನ **2.** ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ **3.** ಜಲಪ್ರಾಶನ **4.** ಅರ್ಘ್ಯ **5.** ತರ್ಪಣ **6.** ಜಪ **7.** ಧ್ಯಾನ **8.** ಆವಾಹನ **9.** ಉದ್ವಾಸನ ಮತ್ತು **10.** ಪ್ರಣಾಮಾದಿಗಳು ಸೇರಿವೆ. ಇದನ್ನು ಬಹು ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಯಥಾವತ್ತಾಗಿ ಮಾಡ

ಬೇಕು. ಹಾಗೆ ಮಾಡಿದರೇನೆ ಅದರಿಂದ ಪ್ರಯೋಜನವುಂಟು. ಮಾಡಬೇಕಲ್ಲಾ ಎಂದು ಹೇಗೋ ಮಾಡಿದರೆ ಅದರ ಪ್ರಯೋಜನವು ಅಷ್ಟಾಗಿ ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಭಾವಪೂರ್ತಿಯಿಂದಲೂ ಮಾಡಬೇಕು. ಅರ್ಥ ತಿಳಿದ ಮೇಲೆ ಯಾರಿಗೂ ಇದನ್ನು ಬಿಡುವುದಕ್ಕಾಗಲಿ, ಲಾಂಛನವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಲಿ ಮನಸ್ಸು ಬರುವುದಿಲ್ಲ.

I. ಮೊದಲು ಆಚಮನ–ಓಂ ಅಚ್ಯುತಾಯ ನಮಃ, ಓಂ ಅನಂತಾಯ ನಮಃ, ಓಂ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ

ಅಚ್ಯುತ, ಅನಂತ, ಗೋವಿಂದವೆನ್ನುವವು ಪರಮಾತ್ಮನ ಸರ್ವವ್ಯಾಪಕ ನಾಮಗಳು. ಅಚ್ಯುತನೆಂದರೆ ಚ್ಯುತಿಯಿಲ್ಲದವನೆಂದರ್ಥ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಆ ಅರ್ಥಬಂದರೂ ಇಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷಾರ್ಥದಲ್ಲಿ ಬಂದಿದೆ. “ಸ್ವಭಕ್ತಾನ್ ನ ಚ್ಯಾವಯತಿ–ತನ್ನನ್ನೇ ನಂಬಿರುವವರನ್ನು ಕೈಬಿಡದವನು ಅಚ್ಯುತ. ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಹೇಳಿದ–

ಯೋ ಮಾಂ ಪಶ್ಯತಿ ಸರ್ವತ್ರ ಸರ್ವಂ ಚ ಮಯಿ ಪಶ್ಯತಿ।
ತಸ್ಯಾಹಂ ನ ಪ್ರಣಶ್ಯಾಮಿ ಸ ಚ ಮೇ ನ ಪ್ರಣಶ್ಯತಿ ॥ ಗೀ VI–30

“ಯಾವನು ನನ್ನನ್ನು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ನೋಡುವನೋ, ಎಲ್ಲವನ್ನು ನನ್ನಲ್ಲಿ ಎಂದರೆ ನನ್ನ ಅಧೀನವೆಂದು ನೋಡುವನೋ, ಅವನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ನಾನು ಇಲ್ಲದವನಾಗುವುದಿಲ್ಲ, ಅವನೂ ನಾಶವಾಗುವುದಿಲ್ಲ ಅಂದರೆ ಅವನು ನಾಶವಾಗುವುದಕ್ಕೆ ನಾನೇ ಬಿಡುವುದಿಲ್ಲ” ಎಂದ. ಈ ಗುಣದಿಂದಲೇ ಪರಮಾತ್ಮನ ಹೆಸರು **ಅಚ್ಯುತ**. ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯಂತೆ ಕಲೆತಿರುವವನೂ, ಒಂದು ದಿವ್ಯಾಕಾರದಲ್ಲಿದ್ದು ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ತನ್ನ ಅಧೀನದಲ್ಲಿ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿಯ ನ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವವನೂ **ಅಚ್ಯುತ**. ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ನಿತ್ಯವಾದ ಆಕಾರವಿಲ್ಲವೆನ್ನುವವರಿಗೆ ಈ ಅಚ್ಯುತಪದವೊಂದೇ ಸಮಾಧಾನ. **ಆಕಾರವಿಲ್ಲದೇ ಇರುವುದೇ, ಸಾಕಾರನಾದ ಅವನ ವೈಭವ.** ಹಾಗೆಯೇ **ಮುಂಡಕೋಪನಿಷತ್ತು** (III–2) ಸಾರುತ್ತಿದೆ. ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯಂತೆ ಕಲೆತಿರುವುದು ಎಲ್ಲಕ್ಕೂ ಆಧಾರನಾಗಿರುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಇದಕ್ಕೆ ಶಾಸ್ತ್ರದಲ್ಲಿ **ಸ್ವರೂಪವ್ಯಾಪ್ತಿ**ಯೆಂದು ಹೆಸರು. ದಿವ್ಯ ಮಂಗಳ ವಿಗ್ರಹದಲ್ಲಿ ಕಾಣದವನಾಗಿದ್ದುಕೊಂಡು, ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿಯ ಬಲದಿಂದ ಚಂದ್ರಲೋಕಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವವನನ್ನು ನಿಯಮಿಸುವಂತೆ ಇರುವುದಕ್ಕೆ **ಸಂಕಲ್ಪವ್ಯಾಪ್ತಿ**ಯೆಂದು ಹೆಸರು.

ಕೇನೋಪನಿಷತ್ತು ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು “**ವಿದ್ಯುತೋ ವ್ಯದ್ಯುತದಾ**” ಎಂದಿದೆ. ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿಗೂ ಮೂಲವಾದ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿ ಪರಮಾತ್ಮ. **ಕಠೋಪನಿಷತ್ತು** (V–15)

ನ ತತ್ರ ಸೂರ್ಯೋ ಭಾತಿ ನ ಚಂದ್ರತಾರಕಂ ನೇಮಾ
ವಿದ್ಯುತೋ ಬಾಂತಿ ಕುತೋಯಮಗ್ನಿಃ ತಮೇವಾ
ಭಾಂತಂ ಅನುಭಾತಿ ಸರ್ವಂ ತಸ್ಯ ಭಾಸಾ ಸರ್ವಮಿದಂ ವಿಭಾತಿ'

ಎನ್ನುತ್ತಿದೆ. "ಪರಮಾತ್ಮನೆದುರಿಗೆ ಸೂರ್ಯನು ಪ್ರಕಾಶಿಸುವುದಿಲ್ಲ; ಚಂದ್ರ ನಕ್ಷತ್ರವು ಹಾಗೆ; ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಮಿಂಚೂ ಮಿನುಗುವುದಿಲ್ಲ; ಹೀಗಿರಲು ಬೆಂಕಿಯ ಮಾತೇನು; ಅವನು ಪ್ರಕಾಶಿಸಿದರೇನೇ ಎಲ್ಲವೂ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ; ಅವನ ಪ್ರಕಾಶದಿಂದಲೇ ಇದೆಲ್ಲವೂ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತದೆ". ಇದರ ವಿಸ್ತಾರವನ್ನು 'ಜ್ಯೋತಿರ್ದರ್ಶನಾತ್" (1,3.41) ಎನ್ನುವ ಬ್ರಹ್ಮಸೂತ್ರ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ನೋಡಬಹುದು. ನಮಗೆ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿ ಕಾಣುವ ಸೂರ್ಯನು ಸ್ವತಂತ್ರ ತೇಜೋವಸ್ತುವಲ್ಲವೆಂದು ವಿಜ್ಞಾನವು (Science) ಹೇಳುತ್ತಿದೆ. ಇದನ್ನು ನಮ್ಮ ವೇದವು ಸಾರುತ್ತಲೇ ಇದೆ. ಸೂರ್ಯನಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನು ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು ತೇಜೋವಸ್ತುವಾಗಿರುವನು.

ಈ ಎರಡು ವಿಧ ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು "ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಭಗವದ್ಗೀತೆ ix,3,4ರಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿರುವನು. ಈ ವಿಶೇಷಾರ್ಥವು ಅರ್ಜುನನಿಗೆ ಗೀತೆ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ತಿಳಿದರೂ, ಗೀತೆಯ ಪ್ರಾರಂಭದಲ್ಲೇ "ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ತನ್ನ ಕೈಬಿಡುವವನಲ್ಲ" ವೆನ್ನುವ ನಂಬಿಕೆಯು ಇದ್ದುದರಿಂದಲೇ ಮೊದಲು ಅವನನ್ನು ಸಂಬೋಧನೆ ಮಾಡಿದ್ದು "ಅಚ್ಯುತ" ಎಂದು (1–21). ಭೀಷ್ಮರೂ ಕೂಡ ಸಹಸ್ರನಾಮದಲ್ಲಿ "ಪರಮಾತ್ಮ,ಪೂರ್ಣ (1–4ನಾಮ) ಶೇಷಿ (5–9), ದೋಷವಿಲ್ಲದವನು (10–12) ಜೀವನಿಗೆ ಬೇರೆಯಾದವನು (13–17) ಅವನೇ ಮೋಕ್ಷ ಕೊಡುವವನು(18–19) ಭಕ್ತಿ ಕೊಟ್ಟು ತನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವವನು (20–64) ಅವನೇ ಮೋಕ್ಷಸ್ಥಾನ (65–88), ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಸರ್ವಶರಣ್ಯ ಮತ್ತು ಪರಮಪ್ರಾಪ್ಯ (89–100)" ಎಂದು ನೂರು ನಾಮಗಳಲ್ಲಿ ಸ್ತೋತ್ರಮಾಡಿ, ಆದ್ದರಿಂದಲೇ ಅವನು **ಅಚ್ಯುತ** ಎಂದು 101ನೇ ನಾಮವಾಗಿ ಹೇಳಿರುವರು.

ಇಂತಹ ದೈವವಾದ ಅಚ್ಯುತನು **ಅನಂತನೂ** ಆಗಿರುವನು. ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮವೆಂದು ಕರೆದು ಅವನ ಲಕ್ಷಣವನ್ನು ಹೇಳುವಾಗ "**ಸತ್ಯಂ, ಜ್ಞಾನಂ, ಅನಂತಂ** ಬ್ರಹ್ಮ" ಯೆಂದು ತೈತ್ತರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ತು ವರ್ಣಿಸಿದೆ. ಅಂತ ಎಂದರೆ ಕೊನೆ; ಅದಿಲ್ಲದವನು ನಾಶವಿಲ್ಲದವನು **ಅನಂತ**. ಅಂತವುಳ್ಳ ವಸ್ತುವು ಯಾವತ್ತಿಗೂ ಆನಂದ ಕೊಡಲಾರದು. ದೇಶ–ಕಾಲ-ಮತ್ತು ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ಅವಧಿ ಎಂದರೆ ಕೊನೆಯಿಲ್ಲದವನು **ಅನಂತ**. ಅವನು ಇಲ್ಲೇ ಇರುವನು, ಈಗ ಮಾತ್ರವಿರುವನು, ಈ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಮಾತ್ರ ವಿರುವನು–ಎನ್ನುವ ಅಳತೆಗೆ ಸಿಗದವನು. ಎಲ್ಲೂ, ಯಾವಾಗಲೂ, ಕೋರಿದ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಬರುವವನು **ಅನಂತ; ಆನಂದವಾಗಿಯೇ** ಬರುವವನು ಅನಂತ.

ಅಚ್ಯುತನಾಗಿ ಅನಂತನಾಗಿರುವವನೇ **ಗೋವಿಂದ.** " **ಗೋ** " ಎಂದರೆ ಸ್ತೋತ್ರ. ಭಕ್ತರು ಮಾಡುವ ಸ್ತೋತ್ರಕ್ಕೆ ಮಣಿಯುವವನು **ಗೋವಿಂದ.** " ಗವಾಂ ಸ್ತುತಿಗಿರಾಂ ವಿಂದಃ–ಗೋವಿಂದಃ." ಅಥವಾ " ಗಾಂ–ಭೂಮಿಯನ್ನು ವಿಂದಃ–ಮತ್ತೆ ಪಡೆದವನು; ವರಾಹಾವತಾರ ಮಾಡಿ ಹಿರಣ್ಯಾಕ್ಷನನ್ನು ಕೊಂದು ಭೂಮಿಯನ್ನು ಕಾಪಾಡಿದವನು. ವರಾಹಾವತಾರದಿಂದ ವಿಷ್ಣುವು ತನ್ನ ಭಕ್ತರಿಗೆ ಜ್ಞಾನ ಬೆಳಕನ್ನು ಕೊಡುವನಾದ್ದರಿಂದ ವರಾಹಸ್ವಾಮಿಗೆ " ಜ್ಞಾನಪಿರ್ರಾ " ಎನ್ನುವ ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಆಳ್ವಾರು ಕೊಟ್ಟಿರುವರು.

ಅಚ್ಯುತ, ಅನಂತ, ಗೋವಿಂದವೆನ್ನುವ ಈ ಮೂರು ನಾಮಗಳಿಗೆ ಚತುರ್ಥಿವಿಭಕ್ತಿ ಸೇರಿಸಿ, ಪ್ರತಿ ಒಂದು ನಾಮದ ಹಿಂದೆ ಪ್ರಣವವಾದ ಓಂಕಾರವನ್ನೂ ಮುಂದೆ " ನಮಃ " ಎನ್ನುವ ಪದವನ್ನೂ ಸೇರಿಸಿ, ಈ ಮೂರು ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ತೀರ್ಥವನ್ನು ಆವಾಹನೆಮಾಡಿ, ಒಂದೊಂದು ನಾಮ ಜಪವಾದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾಶನ ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವ ನಿಯಮವಿದೆ. ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಅತಿವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಬರೆಯಬಹುದು. ಚತುರ್ಥಿ ವಿಭಕ್ತಿಗೂ ಅರ್ಥವಿದೆ. " ನಮಃ " ಎಂದರೆ " ನಮಸ್ಕಾರ " ವೆಂದು ಮಾತ್ರ ಅರ್ಥವಲ್ಲ. **" ನ, ಮಃ "** ಎನ್ನುವ ಎರಡು ಪದಗಳು ಅದರಲ್ಲಿ ಸೇರಿವೆ. " ಮಃ " ಎನ್ನುವುದು " ಮ್ " ಎನ್ನುವ ಪದದ ಷಷ್ಠೀ ವಿಭಕ್ತಿಯ ರೂಪ. ವರ್ಗೀಯಾಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ 25 ನೇ ಅಕ್ಷರ " ಮ್ " ಪ್ರಕೃತಿಯು 24ನೇ ತತ್ವಗಳಾಗಿವೆ (ಗೀ XIII–5); ಇದನ್ನು ಮುಂದೆ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ 25ನೇ ತತ್ವವಾದ ಜೀವನಿಗೆ ಈ ಹೆಸರು ಸಂದಿದೆ. " ಅಹಂ " ಎನ್ನುವ ವಸ್ತುವೆ **ಮ್**. ಆದ್ದರಿಂದ " ನ, ಮಃ " ಎಂದರೆ " ನ, ಮ ಮ–ನನ್ನದಲ್ಲ " ಎಂದರ್ಥ. ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥ–" ಯಾವ ಪರತನ್ತ್ರ ಇಲ್ಲದೆ ರಕ್ಷಿಸುವವನಾದ ಮತ್ತು ನಮಗೆ ಕಾರಣನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗಾಗಿಯೇ ಇರುವ " ಮ " ಕಾರ ವಾಚ್ಯನಾದವನು ಜೀವ " ಎಂದು. ಇನ್ನೂ ವಿಸ್ತಾರ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪವನ್ನು ಹೇಳುವಾಗ ಬರುವುದು. VII–ಭಾಗ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಮೂರು ಆಚಮನ ಮಂತ್ರಗಳು—" ಪರಮಾತ್ಮನಿಂದಲೇ ಹುಟ್ಟಿ ಅವನಿಂದಲೇ ರಕ್ಷಿಸಲ್ಪಡುವವನಾದ ನಾನು (**ಓಂ**), ಅಚ್ಯುತನಿಗಾಗಿಯೇ, ಅನಂತನಿಗಾಗಿಯೇ, ಗೋವಿಂದನಿಗಾಗಿಯೇ (**ಅಚ್ಯುತಾಯ, ಅನಂತಾಯ, ಗೋವಿಂದಾಯ**) ಇರಲು ಶಕ್ತಿಗಳಿಸಲು ಈ ಆಚಮನವನ್ನು ಮಾಡುತ್ತೇನೆ; ನನಗಾಗಿಯಲ್ಲ (**ನಮಃ** ") ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವನ್ನು ಕೊಡುತ್ತವೆ.

ಹೀಗೆ ಎರಡಾವರ್ತಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಚಮನ ಮಾಡಿಯಾದ ಮೇಲೆ, ನಾವಲ್ಲದೆ, ನಮ್ಮದೆಂದು ನಾವು ಭಾವಿಸಿರುವ ಶರೀರದ ಮುಖ್ಯವಾದ ಅಂಗಗಳನ್ನೂ ಅವನಿಗೆ ಅರ್ಪಣ ಮಾಡಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದೂ ಆಚಮನಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದು.

1. ಕೇಶವಾಯ ನಮಃ 2. ನಾರಾಯಣಾಯ ನಮಃ 3 ಮಾಧವಾಯ ನಮಃ 4. ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮಃ 5. ವಿಷ್ಣವೇ ನಮಃ 6. ಮಧುಸೂದನಾಯ ನಮಃ 7. ತ್ರಿವಿಕ್ರಮಾಯ ನಮಃ 8. ವಾಮನಾಯ ನಮಃ 9. ಶ್ರೀಧರಾಯ ನಮಃ 10. ಹೃಷಿಕೇಶಾಯ ನಮಃ 11. ಪದ್ಮನಾಭಾಯ ನಮಃ 12. ದಾಮೋದರಾಯ ನಮಃ—ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಅಯಾ ಅಂಗಗಳನ್ನು ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಮುಟ್ಟಿ ತೋರಿಸಿ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಅರ್ಪಣ ಮಾಡಬೇಕು.

ಇಷ್ಟು ನಾಮಗಳೂ ನಾರಾಯಣನ ನಾಮಗಳೇ. ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಯಣನು ನಿತ್ಯವಾಗಿ ವೈಕುಂಠದಲ್ಲಿರುವನು. ಪ್ರಪಂಚ ಸೃಷ್ಟಿಮಾಡುವಾಗ ಬೇರೆ ರೂಪ ತೆಗೆದುಕೊಂಡು ಸಂಕಲ್ಪಮಾಡುವನು. ವೈಕುಂಠವಾಸುದೇವನಿಂದ ಇನ್ನೊಂದು ವಾಸುದೇವ ರೂಪವನ್ನು ತಾಳುವನು ; ಈ ರೂಪ, **ವ್ಯೂಹ ವಾಸುದೇವ** ; ಇವನಿಂದ **ಸಂಕರ್ಷಣ** ರೂಪವನ್ನು ತಾಳುವನು ; ಅದರಿಂದ ಮತ್ತೆ **ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನ** ರೂಪವನ್ನೂ, ಅದರಿಂದ **ಅನಿರುದ್ಧ** ರೂಪವನ್ನೂ ತಾಳುವನು. ವೈಕುಂಠವಾಸುದೇವನಿಂದ ಬರುವ ಈ 1. ವಾಸುದೇವ 2. ಸಂಕರ್ಷಣ 3. ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನ 4. ಅನಿರುದ್ಧ ರೂಪಗಳಿಗೆ **ವ್ಯೂಹ** ರೂಪಗಳೆಂದು ಹೆಸರು. ಮತ್ತೆ ಪ್ರಪಂಚ ಸೃಷ್ಟಿಯಾದ ಮೇಲೆ ಪ್ರತಿ ಶರೀರವನ್ನು ಆಯಾ ಚೇತನನು ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದಂತೆ ರಕ್ಷಿಸಲು 12 ರೂಪಗಳನ್ನು ತೆಗೆಯುವನು. ಅವಕ್ಕೆ **ಅಂತರ್ವ್ಯೂಹ**ಗಳೆಂದು ಹೆಸರು. 1. **ವಾಸುದೇವ**ನಿಂದ i ಕೇಶವ ii ನಾರಾಯಣ iii ಮಾಧವ ರೂಪಗಳೂ ; 2. **ಸಂಕರ್ಷಣನಿಂದ,** iv. ಗೋವಿಂದ v. ವಿಷ್ಣು vi ಮಧುಸೂದನ ರೂಪಗಳೂ ; 3. **ಪ್ರದ್ಯುಮ್ನನಿಂದ,** vii. ತ್ರಿವಿಕ್ರಮ viii. ವಾಮನ ix. ಶ್ರೀಧರ ರೂಪಗಳೂ ; 4. **ಅನಿರುದ್ಧನಿಂದ** x. ಹೃಷೀಕೇಶ xi. ಪದ್ಮನಾಭ ಮತ್ತು xii. ದಾಮೋದರ–ರೂಪಗಳೂ ಉದ್ಭವಿಸಿ, ನಮ್ಮೆಲ್ಲರ ಅಂಗ ರಕ್ಷಣೆ ಮಾಡುವವು ಮತ್ತು ಪ್ರಪಂಚ ರಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮಾಡುವವು.

ಅನಿರುದ್ಧನಿಂದಲೇ ಪ್ರಪಂಚೋತ್ಪತ್ತಿ. ಪುರುಷ ಸೂಕ್ತವು ಹೊಗಳುತ್ತಿರುವುದು ಈ ಅನಿರುದ್ಧನನ್ನೇ. ಇವನ ನಾಭಿ ಕಮಲದಿಂದ ಚತುರ್ಮುಖ ಬ್ರಹ್ಮೋತ್ಪತ್ತಿ. ಅವನಿಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸಲು ವ್ಯೂಹಪ್ರದ್ಯುಮ್ನ ದೇವನು ಅವನಿಗೆ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗುವನು ; ಮಹೇಶ್ವರ ಹುಟ್ಟಿದ ಮೇಲೆ ಅವನಿಗೆ ದಾರಿ ತೋರಿಸಲು ಸಂಕರ್ಷಣನು ಅವನಿಗೆ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗುವನು. ಆದ್ದರಿಂದ ಬ್ರಹ್ಮ–ವಿಷ್ಣು–ಮಹೇಶ್ವರರೆನ್ನುವ ತ್ರಿಮೂರ್ತಿಗಳಲ್ಲಿ ಅನಿರುದ್ಧನೇ ವಿಷ್ಣು. ಇದೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಪಾಂಚರಾತ್ರವೆನ್ನುವ ಆಗಮ ಎಂಬ ವೇದವು ತಿಳಿಸುತ್ತಿದೆ. ಇದನ್ನು ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನೇ ಸಾಕ್ಷಾತ್ತಾಗಿ ಹೇಳಿದನೆಂದು ವೇದವ್ಯಾಸರು

ಮಹಾಭಾರತದಲ್ಲಿ (ಶಾಂತಿಪರ್ವ–359-68) "ಪಾಂಚರಾತ್ರಸ್ಯ ಕೃತ್ಸ್ನಸ್ಯ ವಕ್ತಾ ನಾರಾಯಣ ಸ್ಸ್ವಯಂ ||" ಎಂದಿರುವರು.

ಇಷ್ಟು ವೇದಾಂತದ ಸಾರವನ್ನೇ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆವಾಹನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ವಿಹಿತವಾಗಿರುವುದೇ **ಆಚಮನ.** ಆಚಮನವಿಲ್ಲದೆ ಯಾವ ಕೆಲಸಕ್ಕೂ ತೊಡಗಬಾರದು. ಅಷ್ಟು ಪವಿತ್ರವಾದ ಅನುಷ್ಠಾನವನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಶ್ರದ್ಧೆಯಿಂದ ಮಾಡಬೇಕು. ಚಿಕ್ಕ ಪ್ರಪಂಚವಾದ ನಮ್ಮ ಶರೀರದಲ್ಲಿ ವಿಶ್ವಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಆವಾಹನೆ ಮಾಡುವುದೇ **ಆಚಮನ**

II ಆಚಮನವಾದ ಮೇಲೆ, **ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ.** ಅಷ್ಟಾಂಗ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಇದಕ್ಕಿರುವ ಸ್ಥಾನ ಮತ್ತಾವುದಕ್ಕೂ ಇಲ್ಲ. ಯಮ, ನಿಯಮ, ಆಸನ, ಪ್ರತ್ಯಾಹಾರ, ಧಾರಣ ಧ್ಯಾನ ಮತ್ತು ಸಮಾಧಿ ಎನ್ನುವ ಮಿಕ್ಕಯೋಗಾಂಗಗಳು ಈ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವೊಂದರಿಂದಲೇ ಸಿದ್ಧಿಸುತ್ತವೆ. ಈಗ ನಾವು ಮಾಡುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಕ್ರಮ ಕೇವಲ ಮಂತ್ರಜಪದೊಡನೆ ಪರ್ಯವಸಾನ ಹೊಂದುತ್ತಿದೆ. ಜಪದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಕ್ರಮವಿದೆ. ಮೂರನೇ ಕಿವಿಗೆ ಬೀಳದಂತೆ ಮಂತ್ರೋಚ್ಚಾರಣ ಮಾಡುವುದು ಒಂದು ಕ್ರಮ. ಮನಸ್ಸು ಬೆಳೆಯದಿದ್ದಾಗ ಹೀಗೆಯೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗ ನಮ್ಮ ಉಸಿರನ್ನು ತಡೆಯಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಈ ಕ್ರಮವನ್ನೇ ಎಲ್ಲರೂ ಈಗ ಆಶ್ರಯಿಸಿರುವರು. ಇದಕ್ಕಿಂತ ಉತ್ತಮವಾದುದು, ಶಬ್ದ ಮಾಡದೆ ತುಟಿಗಳನ್ನು ಮಾತ್ರ ಆಡಿಸುತ್ತಾ ಜಪಮಾಡುವುದು. ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾದುದು, ಉಸಿರನ್ನು ತಡೆದು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳುವುದು. ಇದೇ ಉತ್ತಮವಾದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪವೆಂದು ಮನುಸ್ಮೃತಿಯು ಹೇಳಿದೆ.

ವಿಧಿಯಜ್ಞಾತ್ ಜಪಯಜ್ಞೋ ವಿಶಿಷ್ಟೋ ದಶಭಿ ರ್ಗುಣೈಃ ।
ಉಪಾಂಶುಃ ಸ್ಯಾತ್ ಶತಗುಣಃ ಸಾಹಸ್ರೋ ಮಾನಸಃ ಸ್ಮೃತಃ ॥

"ಮಂತ್ರವನ್ನು ಘಟ್ಟಿಯಾಗಿ ಉಚ್ಚರಿಸುತ್ತಾ ಜಪ ಮಾಡಿದರೆ, ಅದು ವೇದವು ವಿಧಿಸಿರುವ ಯಜ್ಞಗಳಿಗಿಂತಲೂ ಹತ್ತುಪಾಲು ಉತ್ತಮ ; ಮೂರನೇ ಕಿವಿಗೆ ಕೇಳಿಸದಂತೆ ತುಟಿ ಚಲನದಿಂದ ಮಾಡಿದರೆ (ಉಪಾಂಶು) ನೂರು ಯಜ್ಞ ಫಲ ; ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಜಪ ಮಾಡಿದರೆ ಸಾವಿರ ಯಜ್ಞಫಲ". ನಾವು ಮಾಡಬೇಕಾಗಿರುವ ಔಪಾಸನ ಮೊದಲಾದ ಕರ್ಮಗಳಲ್ಲಿ **ಉಪಾಂಶು** ಜಪವೇ ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ ಮತ್ತು ಅದೇ ಸಾಧ್ಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮಾಡುವಾಗಲೂ ಅನೇಕಾವರ್ತಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗೆಲ್ಲಾ ಉಪಾಂಶು ಜಪವೇ ಸಾಧ್ಯ. ಆದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಜಪವನ್ನೂ ನಾವು ಬೇರೆ ಮಾಡಬೇಕಾಗುತ್ತದೆ. ಆಗ ಉಪಾಂಶು ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಕೂಡದು. ಉಸಿರನ್ನು ಶಾಸ್ತ್ರ

ಹೇಳಿರುವಂತೆ ತಡೆದು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪಮಾಡಬೇಕು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ಉಪಯೋಗವಾಗುವಂತೆ ಪ್ರಾಣ ಬಂಧನವನ್ನು ಎಷ್ಟು ಕಾಲ ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಕ್ಕೆ ವಿಹಿತವಾದ ಮಂತ್ರೋಚ್ಚಾರಣ ಕಾಲದಿಂದಲೇ ಅರಿಯಹುಬದು. **ಪ್ರಾಣಯಾಮ ಮಂತ್ರ**

೧. ಓಂ ಭೂಃ, ಓಂ ಭುವಃ, ಓಗ್ಂಸುವಃ, ಓಂ ಮಹಃ, ಓಂ ಜನಃ, ಓಂ ತಪಃ, ಓಗ್ಂಸತ್ಯಂ

೨. ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್ ;

೩. ಓಂ ಮಾಪೋ ಜ್ಯೋತೀರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಂ ||

ಈ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಂತ್ರವನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಜಪಮಾಡಿದರೆ ೩೨ ಸೆಕೆಂಡುಗಳಾಗುತ್ತವೆ. ಅಲ್ಲಿಯವರಿಗೂ ನಾವು ಉಸಿರಾಡದೇ ಇರಬೇಕು. ಉಸಿರಾಡದೇ ಇರಲು ಎರಡು ಕ್ರಮವಿದೆ. ಮೂಗಿನ ಎಡ ಭಾಗದ ಸೊಳ್ಳೆಗೆ **ಇಡಾ** ನಾಳವೆಂದೂ, ಬಲಸೊಳ್ಳೆಗೆ **ಪಿಂಗಳಾ** ನಾಳವೆಂದೂ, ಹೆಸರು. ಇಡಾ ನಾಳದಿಂದ ಎಂಟು ಸೆಕೆಂಡು ಗಾಳಿಯನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಂಡರೆ ಅದಕ್ಕೆ **ಪೂರಕ** ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವೆಂದೂ, ೩೨ ಸೆಕೆಂಡು ಅಂದರೆ ಮಾನಸಿಕ ಜಪಮಾಡುವಾಗ ಗಾಳಿಯನ್ನು ಹೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲೇ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡರೆ ಅದಕ್ಕೆ **ಕುಂಭಕ** ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವೆಂತಲೂ, ಅದಾದ ಮೇಲೆ ಹದಿನಾರು ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ಒಳಗಾಳಿಯನ್ನು ನಿಧಾನವಾಗಿ ಬಿಟ್ಟರೆ ಅದಕ್ಕೆ **ರೇಚಕ** ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವೆಂತಲೂ ಹೆಸರು. ಈ ಮೂರರಲ್ಲಿ ಕುಂಭಕವೇ ಮುಖ್ಯ ; ಮಿಕ್ಕವೆರಡು ಅದಕ್ಕೆ ಅಂಗ. ಇದಕ್ಕೆ **ಅಂತಃಕುಂಭಕ**ವೆಂತಲೂ ಹೆಸರು. ನಾವು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವೆನ್ನುವುದು ಈ ಅಂತಃಕುಂಭಕವೇ. ಅಂತಃಕುಂಭಕ ಮಾಡುವಾಗ, ಎರಡು, ಮೂರು, ನಾಲ್ಕು–ಹೀಗೆ ಅನೇಕ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವಾಗ, ಯಾವ ಸೊಳ್ಳೆಯಿಂದ ರೇಚಕ ಮಾಡುವೆವೋ ಅದರಿಂದಲೇ ಪೂರಕ ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವ ನಿಯಮವೂ ಇದೆ. “ ಯೇನ ತ್ಯಜೇತ್ ತೇನ ಪೀತ್ವಾ” ಎಂದು ಹಠಯೋಗವು ತಿಳಿಸುತ್ತಿದೆ. ಈ ಅಂತಃಕುಂಭಕವಲ್ಲದೆ ಬಹಿಃ ಕುಂಭಕವೂ ಇದೆ. ಅಂದರೆ ಹದಿನಾರು ಸೆಕೆಂಡು ರೇಚಕ ಮಾಡಿ, ೩೨ ಸೆಕೆಂಡು ಉಸಿರಾಡದೇ ಇದ್ದು, ನಿಧಾನವಾಗಿ ೮ ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ಪೂರಕ ಮಾಡುವುದು. ಮುಂದೆ **ಗಾಯಿತ್ರಿ ಜಪವನ್ನು** ಬಾಹ್ಯಕುಂಭಕದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದರೆ ಉತ್ತಮ. ಈ ಕುಂಭಕ ವೇಳೆಯಾದ ೩೨ ಸೆಕೆಂಡುಗಳಲ್ಲಿ ನಾಲ್ಕು **ಗಾಯತ್ರೀ** ಮಂತ್ರವನ್ನು ಜಪಿಸಬಹುದು.

ಹೀಗೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಶರೀರದ ಎಲ್ಲಾ ನಾಡಿಗಳು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತವೆ. ಮಂತ್ರ ಬಲದಿಂದ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಬಲದಿಂದ ಸತ್ವಗುಣವು ತಲೆಯೆತ್ತಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ. ಹಠಯೋಗ ಪ್ರದೀಪಿಕೆಯು ಹಾಗೆಯೇ ಹೇಳುತ್ತಿದೆ.

ಪ್ರಾಣಂ ಚೇದಿಡಯಾ ಪಿಬೇನ್ನಿಯಮಿತಃ ಭೂಯೋನ್ಯಯಾ ರೇಚಯೇತ್
ಪೀತ್ವಾ ಪಿಂಗಳಯಾ ಸಮೀರಣ ಮಥೋ ಬದ್ಧ್ವಾ ತ್ಯಜೇದ್ವಾಮಯಾ ।
ಸೂರ್ಯಾಚಂದ್ರಮಸೋ ರನೇನ ವಿಧಿನಾ ನ್ಯಾಸಂ ಸದಾ ತನ್ವತಾಂ
ಶುದ್ಧಾ ನಾಡಿಗಣಾ ಭವಂತಿ ಯಮಿನಾಂ ಮಾಸತ್ರಯಾದೂರ್ಧ್ವತಃ ॥

ಇದರ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ವಿವರವನ್ನು ಗ್ರಂಥದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಗುರುವಿನಿಂದ ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಮುಂದೆ VII ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ.

III ಪ್ರೋಕ್ಷಣ ಮಂತ್ರ

1. ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ (ಸ್ಥ) ಮಯೋಭುವಃ 2. ತಾನ ಊರ್ಜೇ ದಧಾತನ 3, ಮಹೇ ರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ ; 4. ಯೋ ವಃ ಶಿವತಮೋ ರಸಃ ; 5. ತಸ್ಯ ಭಾಜಯತೇಹ ನಃ ; 6. ಉಶತೀರಿವ ಮಾತರಃ ; 7. ತಸ್ಮಾ ಅರಂ ಗಮಾಮ ವಃ ; 8, ಯಸ್ಯ ಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ ; 9. ಆಪೋ ಜನಯಥಾ ಚ ನಃ ॥

1–9 ಆಗಿ ಹೇಳಿರುವುದರಲ್ಲಿ ಹೇಳುವಾಗ ಪ್ರತಿ ಒಂದನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿದ ಅಂಗೈಬೆರಳುಗಳಿಗೆ ನೀರು ಬಿಟ್ಟುಕೊಂಡು ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಆಪಃ–ನೀರಿನ ದೇವತೆಯೇ! (ನೀನು), **ಮಯೋಭುವಃ**–ಸಮಸ್ತ ಪ್ರಾಣಿಗಳಿಗೂ, **ಸ್ಥ ಹಿ**–ಆಧಾರವಾಗಿರುವೆ ಅಲ್ಲವೆ ; **ತಾಃ**–ಅಂತಹ ನೀನು ; **ಮಹೇ–ರಣಾಯ–ಚಕ್ಷಸೇ**–ಮಹತ್ತಾಗಿಯೂ–ರಮಣೀಯವಾಗಿಯೂ ಇರುವ–ಕಣ್ಣು (ಮೊದಲಾದ) ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗಾಗಿ, ಅಂದರೆ ಅವುಗಳ ಒಳ್ಳೆ ಪ್ರವೃತ್ತಿಗಳಿಗಾಗಿ, **ನಃ**–ನಮಗೆ, **ಊರ್ಜೇ**–ಆಯಾ ಅನ್ನಗಳನ್ನು ಅಂದರೆ ಯೋಗ್ಯವಾದ ವಿಷಯಗಳನ್ನು, **ದಧಾತನ**–ಕೊಡು ; **ಯಃ**–ಯಾವನು (ನಿನ್ನಲ್ಲಿ), **ಶಿವತಮಃ**–ಮಂಗಳವನ್ನುಂಟುಮಾಡುವ, **ರಸಃ** ರಸವಾಗಿರುವನೋ (ಆ ರಸ ಪರಮಾತ್ಮ) **ತಸ್ಯ**–ಅವನಿಗೆ, **ನಃ**–ನಮ್ಮನ್ನು, **ಉಶತೀಃ ಮಾತರಃ ಇವ**–ಬಹಳ ಪ್ರೀತಿಯುಳ್ಳವರಾದ–ತಾಯಿಯರಂತೆ **ಇಹ**–ಇಲ್ಲಿ (ಅಂದರೆ ಈ ಶರೀರದಲ್ಲಿರುವಾಗಲೇ) **ಭಾಜಯತ**–ಒಪ್ಪಿಸು, **ಯಸ್ಯ**–ಯಾವ ಆ ಪರಮಾತ್ಮನ, **ಕ್ಷಯಾಯ**–

ಕ್ಷಯಕ್ಕಾಗಿ ಅಂದರೆ ಕರಗುವಿಕೆಗಾಗಿ, ಆತ್ಮವನ್ನು ಕರಗುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಪ್ರೀತಿಗಾಗಿ, **ಜಿನ್ವಥ**–(ನೀನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ) ಪ್ರೀತಿಯಿಟ್ಟಿರುವೆಯೋ, **ತಸ್ಮೈ**–ಅವನಿಗಾಗಿ, ಅಂದರೆ ಅವನನ್ನು ಹೊಂದುವದಕ್ಕಾಗಿ, **ವಃ**–ನಿನ್ನನ್ನು, **ಅರಂ ಗಮಾಮ**–ಬಹಳ ಹತ್ತಿರವಾಗಿ ಬರುತ್ತೇವೆ ಅಂದರೆ ಆಶ್ರಯಿಸುತ್ತೇವೆ; **ಆಪಃ**–ಹೇ ಜಲದೇವತೆಯೇ! **ನಃ**–ನಮ್ಮನ್ನು, **ಜನಯಥ**–ಬೇರೆ ಜನ್ಮತಾಳುವಂತೆ ಮಾಡು ಅಂದರೆ ಸಾತ್ವಿಕವಾಗಿ ಮಾಡಿ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಯೋಗ್ಯನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು.

ಆಪಃ ಎಂದರೆ ನೀರು. ಈ ಶಬ್ದ ನಿತ್ಯ ಬಹುವಚನ ಶಬ್ದ; ಆದ್ದರಿಂದ, ಅದಕ್ಕೆ ಅನ್ವಯಿಸುವ ಸರ್ವನಾಮ ಪದಗಳೆಲ್ಲವೂ ಬಹುವಚನದಲ್ಲಿವೆ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ವಸ್ತುವನ್ನೂ ಒಂದೊಂದು ಹೆಸರಿನಿಂದ ಕರೆಯುತ್ತೇವೆ. ಶರೀರಕ್ಕೆ ಆ ಹೆಸರು ಇದ್ದರೂ ಅದರ ಪ್ರವೃತ್ತಿ ನಿವೃತ್ತಿಗೆ ಒಳಗಿರುವ ಆತ್ಮವೇ ಕಾರಣವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, **ಆಪಃ** ಎಂದರೆ ಜಲಕ್ಕೆ ಅಧಿದೇವತೆಯೇ ಈ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ವಿಷಯ.

ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಎಳ್ಳಿನಲ್ಲಿ ಎಣ್ಣೆಯಂತೆ ಕಲೆತಿರುವುದೇ ಸಂಸಾರ. ಸತ್ವ–ರಜಸ್ಸು–ತಮಸ್ಸು ಎನ್ನುವ ಮೂರು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಗುಣಗಳು ನಮ್ಮನ್ನು ನಮ್ಮ ಇಚ್ಛೆ ಇಲ್ಲದೆ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲೇ ಎಳೆದುಕೊಂಡು ಹೋಗುತ್ತಿದೆ. ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸತ್ವಗುಣವಿದ್ದಾಗಲೇ ಜ್ಞಾನವು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿರುವುದು, ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಸುಖವೇ ಇರುವುದು, ಮತ್ತು ಪ್ರಕಾಶವಿರುವುದು. ಇಂತಹ ಪರಿಶುದ್ಧ ಜ್ಞಾನಕ್ಕಾಗಿ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸತ್ವಗುಣವೇ ಯಾವಾಗಲೂ ಎದ್ದಿರುವಂತೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದು ನಮ್ಮ ಸ್ವಂತ ಪ್ರಯತ್ನದಿಂದಲೇ ಸಾಧ್ಯವಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ನಮ್ಮ ಜೀವನವೇ ಸತ್ವಮಯವಾದರೆ ಅದು ಬೇರೇ ಜನ್ಮವೇ. ಅಂತಹ ಮರುಜನ್ಮವನ್ನು ಈ ಜನ್ಮದಲ್ಲೇ ನನಗೆ ಕೊಡು ಎನ್ನುವುದೇ ಇಲ್ಲಿಯ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ. ಈ ಜನ್ಮವನ್ನು ಕೊಡುವುದು ನೀರಿನ ದೇವತೆಯೇ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿ ನೀರನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಿಸಿಕೊಂಡರೆ, ಆ ದೇವತೆಯ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ನಾವು ಪರಿಶುದ್ಧರಾಗುತ್ತೇವೆ ಅಂದರೆ ಮನಸ್ಸು ಸಾತ್ವಿಕವಾಗುತ್ತದೆ ಮತ್ತು ಶರೀರವೂ ಶುದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಶುದ್ಧವಾಗುವುದೆಂದರೆ ಕೊಳೆ ಹೋಗುವುದೆಂದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ನೀರನ್ನು ಈ ಮಂತ್ರ ಹೇಳಿಕೊಂಡು ಚಿಮುಕಿಸಿಕೊಂಡರೆ ಶರೀರದ ಕೊಳೆ ಹೋಗುವುದಿಲ್ಲ; ಮನಸ್ಸಿನ ರಜಸ್ಸು ತಮಸ್ಸು ಎನ್ನುವ ಕೊಳೆ ಹೋಗುತ್ತದೆ.

ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ ಮಾಡುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಹೇಳಿಕೊಂಡು, ನೀರನ್ನು ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಚಿಮುಕಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆಂದಿಲ್ಲ. ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಕೊಳೆಎದ್ದಾಗಲೆಲ್ಲಾ, ಕೈಕಾಲು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು, ಎರಡಾವರ್ತಿ ಆಚಮನ ಮಾಡಿ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬಹುದು.

ಹೀಗೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿ ಮಾಡಲು ನೀರಿನ ದೇವತೆಗೆ ಶಕ್ತಿಯಿದೆಯೆಂದು **"ಯಸ್ಯ ಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ"** ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರವು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪರಿಶುದ್ಧಿ ಮಾಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಆ ದೇವತೆಗೆ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಕೊಟ್ಟು "ನಿನ್ನನ್ನು ನಂಬಿ, ನನ್ನನ್ನು ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದು ನನ್ನಲ್ಲಿಗೇ ಬರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನೀನು, ಅಂತಹವರನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿ ಮಾಡು" ಎಂದು ಆಜ್ಞೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ, ಆ ಆಜ್ಞೆಯ ಪರಿಪಾಲನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ ಅವನ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರವಾಗುವದಕ್ಕಾಗಿ ಆ ದೇವತೆಯು ನಮ್ಮನ್ನು ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿ ಮಾಡುವುದೆಂದು ಆ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ ಅರ್ಥ.

"ಯಸ್ಯ ಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ" — ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳುವಾಗ, ನೀರನ್ನು ನಮ್ಮ ಕಾಲಿನ ಬೆರಳಿನ ಮೇಲೆ ಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವ ನಿಯಮವಿದೆ. ಹೀಗೆ ಮಾಡುವುದರಲ್ಲಿ ಅರ್ಥವಿದೆ. ಯೋಗಾಭ್ಯಾಸದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಶೇಷವಿದೆ. ನಮ್ಮ ಕಾಲಿನ ಹೆಬ್ಬೆರಳು ಮತ್ತು ಅದರ ಮಗ್ಗಲು ಬೆರಳು—ಇವೆರಡರ ನಡುವೆ ಇರುವ ನರಗಳನ್ನು ಉಜ್ಜುತ್ತಿದ್ದರೆ, ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಕಾಮ ಅಂದರೆ ಸ್ತ್ರೀ ಚಾಪಲ್ಯಾದಿಗಳು ಕಮ್ಮಿಯಾಗುತ್ತವೆ ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಸನ್ಯಾಸಿಗಳಿಗೆ ಅಂಗುಷ್ಠವಿಟ್ಟಿರುವ, ಮರದಲ್ಲಿ ಮಾಡಿರುವ, ಪಾದುಕೆಗಳೇ ವಿಹಿತವಾಗಿವೆ. ಗೃಹಸ್ಥರು ಹಾಗೆ ಮರದ ಪಾದುಕೆಗಳನ್ನೇ ಹಾಕಿಕೊಂಡಿರಲಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಹಾಗೆ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಯಾವ ಶಕ್ತಿಯು ನಮಗೆ ಬರುವುದೋ ಅದು ಮಂತ್ರಪೂರಿತ ನೀರಿನಿಂದಲೇ ಬರಲೆಂದು **"ಯಸ್ಯ ಕ್ಷಯಾಯ ಜಿನ್ವಥ"** ಎಂದು ವೇದವು ಕೊಟ್ಟಿದೆ.

ಮನಸ್ಸಿನ ಕಣ್ಣು ಇಂದ್ರಿಯಗಳು; ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೆ ಒಳ್ಳೆ ವಿಷಯದಲ್ಲೇ ಆಸೆ ಬಂದರೆ, ಮನಸ್ಸು ನಿರ್ಮಲವಾಗುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ **"ಮಹೇರಣಾಯ ಚಕ್ಷಸೇ ನಃ ಊರ್ಜೇ ದಧಾತನ"** ಎನ್ನುವ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ.

ತುಂತುರು ತುಂತುರಾಗಿ ನಮ್ಮ ಮೇಲೆ ಬೀಳಲು ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಮತ್ತು ಪರಿಶುದ್ಧ ನೀರನ್ನು ನಾವು ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೂ, ಆ ನೀರಿನ ಅಧಿದೇವತೆಯನ್ನೇ ನಾವು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವಂತೆ ನೆನೆಯಬೇಕು. ಪೃಥಿವಿ, ನೀರು, ತೇಜಸ್ಸು, ವಾಯು, ಆಕಾಶವೆನ್ನುವ ಐದು ಭೂತಗಳಲ್ಲಿ, ಹರಿಯುವ ವಸ್ತುವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ನೀರನ್ನೇ ಪಂಚಭೂತಗಳ ಪ್ರತಿನಿಧಿಯೆಂದು ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಈ ಪಂಚಭೂತಗಳಲ್ಲಿರುವ ಹರಿಯುವ ಅಂದರೆ ಪರಿಣಾಮ ಹೊಂದುವ ಶಕ್ತಿಯು ನೀರಿನಲ್ಲೇ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗಿದೆ ಎನ್ನುವುದರಿಂದ, ಈ ಪಂಚ ಮಹಾಭೂತಗಳ ಅಧಿದೇವತೆಯನ್ನು "ಅಪ್" ದೇವತೆಯೆಂದೇ ವೇದವು ಕರೆಯುತ್ತಿದೆ.

ಈ ದೇವತೆ ನಮಗೆ ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ನಾನ್ಮುಖನಿಗೂ, ತ್ರಯಂಬಕ ಎಂದರೆ ಈಶ್ವರನಿಗೂ ದೇವತೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ದೇವತೆಯು 14 ಲೋಕಗಳನ್ನು ತನ್ನಧೀನದಲ್ಲಿಟ್ಟು

ಕೊಂಡಿರುವ ದೇವತೆ. ಸುಬಾಲೋಪನಿಷತ್ತು ಪ್ರಪಂಚ ಸೃಷ್ಟಿಯನ್ನು ಹೇಳುವಾಗ "ವೈಕುಂಠ ದೇವನಿಂದ ತಮೋಲೋಕವೂ, ಅದರಿಂದ ಅಕ್ಷರಲೋಕವೂ, ಅದರಿಂದ ಅವ್ಯಕ್ತವೆನ್ನುವ 14 ಲೋಕಗಳೂ ಹುಟ್ಟುತ್ತವೆ; ಎಂದಿದೆ. ಈ ಅಕ್ಷರಲೋಕವು ವಿಶ್ವವನ್ನು ಸುತ್ತಿರುವ ಒಂದು ತೇಜೋಮಂಡಲ. ಇದು ಹರಿಯುವಂತೆ ಇದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಸ್ಮೃತಿಗಳಲ್ಲಿ ಇದನ್ನು ಪ್ರಪಂಚದ **ಸಮಷ್ಟಿಜಲ** (nucleus) ವೆಂದಿದೆ.

ಚತುರ್ಮುಖ ಬ್ರಹ್ಮನಿಗೂ ನಮ್ಮಂತೆ 100 ವರ್ಷ ಆಯಸ್ಸು. ನಮಗೆ ಒಂದು ವರುಷ ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ಒಂದು ದಿನ; ಅವರ ಒಂದು ವರ್ಷ ಚತುರ್ಮುಖ ಬ್ರಹ್ಮನಿಗೆ ಒಂದು ದಿನ. ಅಂತಹ 365 ದಿನಗಳು ಅವನಿಗೆ ಒಂದು ವರ್ಷ. ಈ ಲೆಖ್ಖದಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ 100 ವರ್ಷ ಆಯಸ್ಸು. ಅವನ ಪ್ರತಿಯೊಂದು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲೂ ಪ್ರಪಂಚ ಪ್ರಳಯವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ 14 ಲೋಕಗಳು ಅಳಿಸಿ ಹೋಗಿಪಂಚಮಹಾಭೂತಗಳು ಅತಿಸೂಕ್ಷ್ಮ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅಕ್ಷರಲೋಕದಲ್ಲಿ ಇರುತ್ತವೆ. ಈ ಪ್ರಳಯಕಾಲದಲ್ಲಿ ಈ ಲೋಕವನ್ನು ಸಮಷ್ಟಿಜಲವೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರವು ಕರೆಯುತ್ತದೆ. ಪ್ರಪಂಚವಿರುವಾಗಲೂ ಈ ಲೋಕವಿರುತ್ತದೆ. ಅದರ ಹರಿಯುತ್ತಿರುವಂತೆ ಕಾಣುವ ತೇಜಸ್ಸಿನಿಂದ, ಅದನ್ನು **ಕ್ಷೀರಸಮುದ್ರ**ವೆಂದು ಅದೇ ಶಾಸ್ತ್ರವು ಹೇಳುತ್ತಿದೆ. ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಭಗವಂತನ ಅವತಾರಗಳನ್ನು ಓದುವಾಗ, ದೇವತೆಗಳೆಲ್ಲರೂ ರುದ್ರನನ್ನು ಶರಣುಹೊಂದಿ, ಅವನೊಡನೆ ಬ್ರಹ್ಮನಲ್ಲಿಗೆ ಹೋಗಿ, ಆ ಬ್ರಹ್ಮನೂ ಅವರೆಲ್ಲರೊಡನೆ ಕ್ಷೀರ ಸಮುದ್ರದ ದಡಕ್ಕೆ ಹೋಗಿ, ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಬಂದಿರುವ ಕಷ್ಟವನ್ನು ಆ ಕ್ಷೀರ ಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ವಿಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದನ್ನು ಓದುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ ಮತ್ತು ಕೇಳುತ್ತಿರುತ್ತೇವೆ. ಸತ್ಯಲೋಕ 14ನೇ ಲೋಕ. ಅದು ಬ್ರಹ್ಮನ ಲೋಕ. ಅದು ಪ್ರಕೃತಿ ಮಂಡಲಕ್ಕೆ ಸೇರಿದ್ದು. ಅದಕ್ಕೂ ಕ್ಷೀರಸಮುದ್ರಕ್ಕೂ ನಡುವೆ ಇರುವ ದಡಕ್ಕೇ ಬ್ರಹ್ಮನು ಹೋಗುವುದನ್ನೇ ನಾವು ಪುರಾಣಗಳಲ್ಲಿ ಓದುತ್ತಿರುವುದು. ಪುರಾಣದಲ್ಲಿ ಕ್ಷೀರಸಮುದ್ರವಾಗಿರುವುದು ವೇದದಲ್ಲಿ ಅದು ಅಕ್ಷರಲೋಕ. ವಿಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ಇದು milky way. ಈ ಸಮಷ್ಟಿಜಲ–ಕ್ಷೀರಸಮುದ್ರದಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನು ಸಂಕರ್ಷಣನಾಗಿ, ಹರಿ ಎನ್ನುವ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಹೆಸರಿನಿಂದ ಇರುವನು. ಇವನು ನಾರಾಯಣನೆಂದೂ ಪ್ರಸಿದ್ಧನು. ಆಗ **ನಾರಾಯಣ** ಎಂದರೆ **ನಾರ**–ಸಮಷ್ಟಿಜಲ, ಅದಕ್ಕೆ **ಅಯನ**–ಆಶ್ರಯವಾಗಿರುವವನು.

ಆಪೋ ನಾರಾ ಇತಿ ಪ್ರೋಕ್ತಾಃ ಆಪೋ ವೈ ನರಸೂನವಃ !
ತಾ ಯದಸ್ಯಾಯನಂ ಪೂರ್ವಂ ತೇನ ನಾರಾಯಣಃ ಸ್ಮೃತಃ ||

ಮನುಸ್ಮೃತಿ I,19

ಜಲವನ್ನು " ನಾರ " ಎನಲಾಗಿದೆ; ಯಾತಕ್ಕೆಂದರೆ ಅದು ನರನಿಂದ ಉಂಟಾಯಿತು; ಅದು ಅವನಿಗೆ ಆವಾಸವಾಗಿತ್ತು ; ಅದರಿಂದ ಅವನು ನಾರಾಯಣ ಎಂದು ನೆನೆಯಲ್ಪಡು

ತ್ತಾನೆ. ಇದು ನಾವು ಕಾಣುತ್ತಿರುವ ಜಲವಲ್ಲ; ಇದು ಸಮಷ್ಟಿ ಜಲ; ಇದು ಅವ್ಯಾಕೃತ ಪಂಚಭೂತಗಳ ಸಮಷ್ಟಿರೂಪ; ಆದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ವೇದವು (ಬೃ–ಉ VII, 4, 2,) "ಆಪ ಏವೇದಂ ಅಗ್ರ ಆಸುಃ" ಎಂದಿವೆ. ಭಾರತವು ಹೇಳುತ್ತಿದೆ [ಅನುಶಾಸನಿಕ ಪರ್ವ 186–7]–

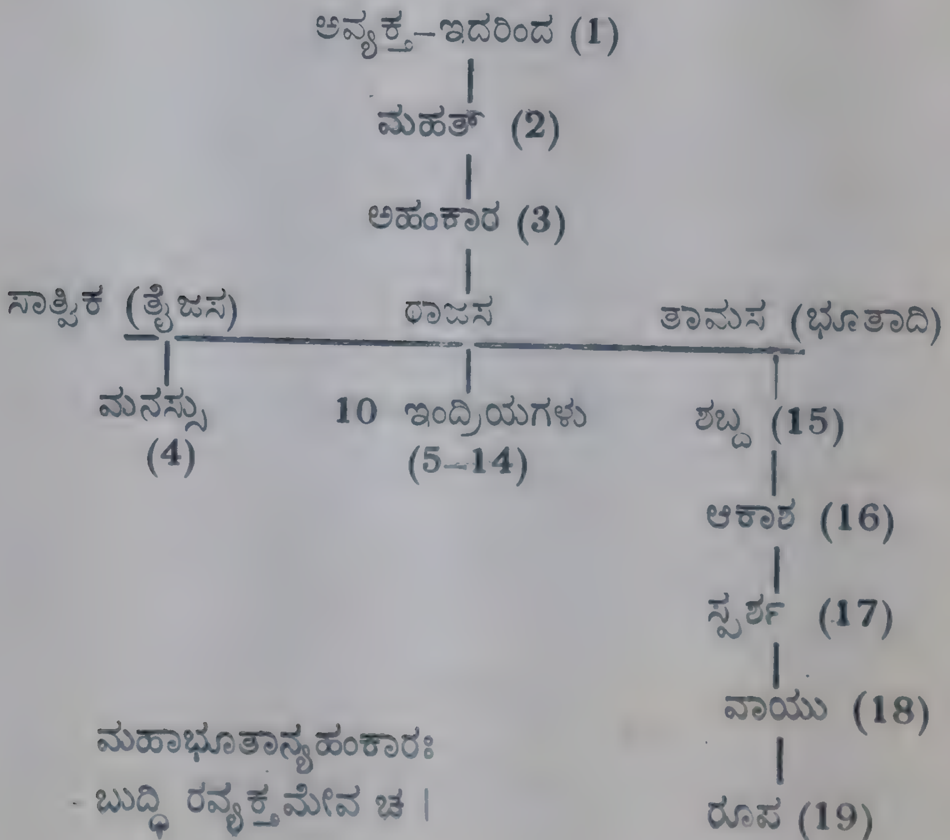
ನರಾಜ್ಜಾತಾನಿ ತತ್ವಾನಿ ನಾರಾಣೀತಿ ತತೋ ವಿದುಃ ।

ಎಂದು.

ತಾನ್ಯೇವಾಯನಂ ತಸ್ಯ ತೇನ ನಾರಾಯಣಸ್ಸ್ಮೃತಃ ।

ತತ್ವಗಳು ನರನಿಂದ ಉಂಟಾದವು: ಆದ್ದರಿಂದ ಅವನ್ನು "ನಾರ" ಎಂದು [ಋಷಿಗಳು] ತಿಳಿದರು; ಅವನಿಗೆ ಅವೇ ಆ ವಾಸಸ್ಥಾನ; ಅದರಿಂದ ಅವನಿಗೆ ನಾರಾಯಣ ಎಂದು ಹೆಸರು. ಹೀಗೆ, ಭಾರತ ಉದ್ಯೋಗಪರ್ವ [69–10] ಪಾದ್ಮೋತ್ತರ ಪುರಾಣ ಮೊದಲಾದ ಅನೇಕ ಪ್ರಮಾಣಗಳಿವೆ. [ಆಪೋ ನಾರಾಇತಿ ಪ್ರೋಕ್ತಾಃ].

ಇಂತಹ ಸಮಷ್ಟಿಜಲಕ್ಕೆ ಅಧಿದೇವತೆ ನಾರಾಯಣನಿಗೆ ಪತ್ನಿಯಾಗಿರುವ **ಭೂದೇವತೆಯೇ**. ಅವಳನ್ನೇ ನಾವು ಈ ವಿಶೇಷ ಅಧಿಕಾರ ಬಲದಿಂದ "**ಆಪಃ**" ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇವೆ. ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ 24 ತತ್ವಗಳು ಅಡಗಿವೆ.ಅವು ಹೀಗಿವೆ.



ಇಂದ್ರಿಯಾಣಿ ದಶೈಕಂ ಚ
ಪಂಚ ಚೇಂದ್ರಿಯ ಗೋಚರಾಃ ||
ಭ–ಗೀ XIII–5.

ಈ ವಿಭಾಗವು ಯೋಗದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಹೇಳಲಾಗಿದೆ. ವಿಜ್ಞಾನ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಲ್ಲ.

|
ಅಗ್ನಿ (20)
|
ರಸ (21)
|
ಜಲ (22)
|
ಗಂಧ (23)
|
ಪೃಥಿವೀ (24)

ಈ 24 ತತ್ವಗಳಿಗೂ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಆಧಿದೇವತೆಗಳಿರುವರು. ಅವರೆಲ್ಲರ ಮೇಲಿದ್ದು ಪ್ರಕೃತಿಯ ಪರಿಣಾಮವನ್ನು ಮೇಸ್ತ್ರಿಯಂತೆ ಉಸ್ತುವಾರಿ ಮಾಡುವ ದೇವತೆ ಭೂದೇವತೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅವಳನ್ನೇ ಇಲ್ಲಿ " **ಆಪಃ** " ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ.

IV **ಪ್ರಾಶನ ಮಂತ್ರ** (A ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ)

ಸೂರ್ಯ ಶ್ಚ ಮಾ ಮನ್ಯು ಶ್ಚ ಮನ್ಯುಪತಯ ಶ್ಚ ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ ಪಾಪೇಭ್ಯೋ ರಕ್ಷಂತಾಂ; ಯದ್ರಾತ್ರಿಯಾ ಪಾಪಮಕಾರಿಷಂ, ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಂ ಪದ್ಭ್ಯಾ ಮುದರೇಣ ಶಿಶ್ನಾ, ರಾತ್ರಿಸ್ತದವಲುಂಪತು; ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ, ಇದ ಮಹಂ ಮಾಂ ಅಮೃತಯೋನೌ, ಸೂರ್ಯೇ ಜ್ಯೋತಿಷಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ।

ಸೂರ್ಯಶ್ಚ-ಸೂರ್ಯನೂ, **ಮನ್ಯುಃ ಚ**–ಕೋಪವೂ, **ಮನ್ಯುಪತಯಃ ಚ**–ಕೋಪಕ್ಕೆ ಯಜಮಾನರಾಗಿರುವವರೂ–ಈ ಮೂವರೂ, **ಮಾ**–ನನ್ನನ್ನು, **ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ ಪಾಪೇಭ್ಯಃ**–ಕೋಪದಿಂದ ಬರುವ ಪಾಪಗಳಿಂದ, **ರಕ್ಷಂತಾಂ**–ರಕ್ಷಿಸಲಿ ;

2. **ರಾತ್ರಿಯಾ**–ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ, **ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಂ**–ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ,ಮಾತಿನಿಂದಲೂ ಮತ್ತು ಎರಡು ಕೈಗಳಿಂದಲೂ, **ಪದ್ಭ್ಯಾಂ ಉದರೇಣ ಶಿಶ್ನಾ**-ಎರಡು ಕಾಲುಗಳಿಂದಲೂ, ಹೊಟ್ಟೆಯಿಂದಲೂ ಮತ್ತು ಗುಹ್ಯವಸ್ತುವಿನಿಂದಲೂ, **ಯತ್ ಪಾಪಂ**–ಯಾವ ಪಾಪವನ್ನು, **ಅಕಾರಿಷಂ**–ಮಾಡಿದೆನೋ ತತ್–ಅದನ್ನು **ರಾತ್ರಿಃ**–ನಮಗೆ ಬೇಕಾದ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಕಾಪಾಡಬಲ್ಲ ಪರಮಾತ್ಮನು, **ಅವಲುಂಪತು**–ನಾಶಮಾಡಲಿ ;

3. **ಯತ್ ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ**–ಇನ್ನೂ ಯಾವ ಯಾವ-ಪಾಪವು

ನನ್ನಲ್ಲಿ ಇದೆಯೋ (ಅದನ್ನೂ ಹೋಗಲಾಡಿಸಲಿ–ತತ್ **ಅವಲುಂಪತು**–ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಇಲ್ಲೂ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು) ;

4. **ಅಹಂ**–ಹೀಗೆ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರನಾದ ನಾನು, **ಇದಂ ಮಾಂ**–ಈ ಅಚೇತನಕ್ಕೆ ಸಮನಾದ ನನ್ನನ್ನು, **ಅಮೃತಯೋನೌ**–ಅಮೃತ ಅಂದರೆ ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ಕಾರಣನಾದ, **ಜ್ಯೋತಿಷಿ**–ಸ್ವಯಂ ಜ್ಯೋತಿ ಸ್ವರೂಪನಾದ, **ಸೂರ್ಯೇ**–ತನ್ನ ಆಶ್ರಿತ ರನ್ನು ಪ್ರೇರಿಸುವವನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ, **ಸ್ವಾಹಾ**–ಸಮರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಇಟ್ಟು ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಹೇಳಿ, ಅರ್ಥಾನುಸಂಧಾನ ಮಾಡಿ ಕುಡಿದು, ನಂತರ ಮತ್ತೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆಯನ್ನು ಮಂತ್ರ ಪೂರಿತವಾಗಿ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಈ ಪ್ರಾಶನ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲ್ಪಡುವವನು ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಎನ್ನುವುದು "**ಅಮೃತ ಯೋನೌ ಜ್ಯೋತಿಷಿ**" ಎನ್ನುವ ಎರಡು ಪದಗಳಿಂದ ನಿಶ್ಚಿತವಾಗಿದೆ. ಜ್ಯೋತಿಸ್ಸ್ವರೂಪನು–ಎನ್ನುವುದರಿಂದ, ಪ್ರೇರಕಶಕ್ತಿ, ಆಕರ್ಷಣ ಶಕ್ತಿ ಅವನದೇ ಎಂತಲೂ, ಅಮೃತಯೋನಿ-ಎನ್ನುವುದರಿಂದ, ಮೋಕ್ಷಸ್ವರೂಪನೂ,ಮೋಕ್ಷಕೊಡುವವನೂ ಅವನೇ ಎಂತಲೂ ಸಿದ್ಧವಾಗುತ್ತದೆ. ಇವನೇ ಸೂರ್ಯ. ಸೂರ್ಯನೆಂದರೆ ಆದಿತ್ಯ. ಋಗ್ವೇದವು 12 ಆದಿತ್ಯರನ್ನು ಹೇಳಿರುತ್ತದೆ. ಅವರಲ್ಲಿ ಯಜಮಾನನಾದ ಆದಿತ್ಯ ತಾನೆಂದು ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣ ಭಗವದ್ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವನು (ಆದಿತ್ಯಾನಾಂ ಅಹಂ ವಿಷ್ಣುಃ). "**ಸುಷ್ಠು ಈರಯತಿ (ಪ್ರೇರಯತಿ) ಇತಿ ಸೂರ್ಯಃ**" ಎನ್ನುವ ವ್ಯುತ್ಪತ್ತಿಯಿಂದ ಪ್ರೇರಕನಾಗಿ ಪರಮಾತ್ಮ, ಸೂರ್ಯ. ಮೊದಲು ಅವನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಅನಂತರ, ಕೋಪವನ್ನೂ, ಕೋಪಕ್ಕೆ ಅಧಿಪತಿಗಳಾಗಿರುವರನ್ನೂ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು. ಸೂರ್ಯನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನು ಸರ್ವಪ್ರಭು. ತಾನಾಗಿ ಯಾವ ಕೆಲಸವನ್ನೂ ಮಾಡುವುದಿಲ್ಲ ; ತನ್ನ ಅಂತರಂಗ ಸೇವಕರಿಂದ ಮಾಡಿಸುವನು. ಆದ್ದರಿಂದ ಕೋಪ ಮತ್ತು ಕೋಪಾಧಿಪತಿಗಳು ಅವನ ಅಂತರಂಗ ಕಿಂಕರರು. ಕೋಪವನ್ನು ಒಂದು ದೇವತೆಯಾಗಿ ಹೇಳಿರುವುದು ಒಂದು ವಿಶೇಷ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ. ನಮಗೆ ಬೇಕಾದದ್ದನ್ನು ತಡೆಯುವ ವಸ್ತು ಮತ್ತು ಪ್ರಾಣಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ತೋರುವ ಪ್ರತಿಕ್ರಿಯೆ ಕೋಪ. ಭಾರತದಲ್ಲಿ ಧರ್ಮರಾಯ ಹೇಳಿದ–

ಅಪಕಾರಿಣಿ ಚೇತ್ ಕ್ರೋಧಃ ಕೋಧೇ ಕ್ರೋಧಃ ಕಥಂ ನ ತೇ ||
ಧರ್ಮಾರ್ಥಕಾಮಮೋಕ್ಷಾಣಾಂ ಸರ್ವೇಷಾಂ ಪರಿಪಂಥಿನಿ |

"ಅಪಕಾರ ಮಾಡುವವರಲ್ಲಿ ಕ್ರೋಧವಿರುವುದಲ್ಲವೆ ? ಹಾಗಾದರೆ, ಧರ್ಮ–ಅರ್ಥ–ಕಾಮ-ಮೋಕ್ಷವೆನ್ನುವ ನಾಲ್ಕು ಪುರುಷಾರ್ಥಗಳಿಗೂ ಪ್ರತಿಬಂಧಕವಾದ ಕೋಪದ ವಿಷ

ಯದಲ್ಲಿ ನಿನಗೇಕೆ ಕೋಪವಿಲ್ಲ" ಎಂದು. ನಮ್ಮ ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ಜೀವನಕ್ಕೆ ತಡೆಯಾಗಿರುವ ಕೋಪವಲ್ಲ ಇಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವುದು. ಇದು ಒಂದು ದೇವತೆ–ತಾಯಿಯಂತೆ, ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಶಿಕ್ಷಿಸುವದೈವ (Cruel kindness). ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಚೇತನರು ; ನಮಗೆ ನಮ್ಮ ಸ್ವರೂಪದ ಆನಂದವನ್ನು ನಮ್ಮ ಸ್ವರೂಪದಿಂದಲೇ ಅನುಭವಿಸಲು ಆಗದು. ನಮ್ಮ ಸ್ವಭಾವವಾದ ಜ್ಞಾನದಿಂದಲೇ ನಮ್ಮ ಮತ್ತು ಪರಮಾತ್ಮನ ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಬೇಕು. ಹಾಗೆ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಆನಂದವನ್ನು ಅನುಭವಿಸಲು ಶಕ್ತಿಯಿಲ್ಲನಲ್ಲಾ ಎಂದು, ನಮಗೆ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಶ್ರೀದೇವಿಗೆ ಕೋಪ. ಅವಳೇ ಕೋಪ ದೇವತೆ. ದುಷ್ಟ ದೇವತೆಯಲ್ಲ. ಆನಂದ ಅನುಭವಿಸುವುದನ್ನು ಕಲಿತುಕೊ" ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಜ್ಞಾನದೊಡನೆ ನಮ್ಮನ್ನು ಸೇರಿಸಿ ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಬಿಟ್ಟಿರುವಳು. ನಿಗಮಾಂತದೇಶಿತರು–

ಸಮಸ್ತಜನನೀಂ ವಂದೇ ಚೈತನ್ಯಸ್ತನ್ಯದಾಯಿನೀಂ ।
ಶ್ರೇಯಸೀಂ ಶ್ರೀನಿವಾಸಸ್ಯ ಕರುಣಾಮಿವ ರೂಪಿಣೀಂ ॥

"ಸಮಸ್ತರಿಗೂ ತಾಯಿಯಾಗಿ ಜ್ಞಾನವೆನ್ನುವ ಮೊಲೆ ಹಾಲನ್ನುಣ್ಣಿಸುವ, ಪರಮಾತ್ಮನ ಶ್ರೇಯೋದೇವತೆಯಾಗಿ ಕರುಣಾ ಸ್ವರೂಪಿಣಿಯಾದ ಶ್ರೀ ದೇವಿಯನ್ನು ವಂದಿಸುತ್ತೇನೆ"– ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿರುವರು. ವೇದವು ಅವಳನ್ನು "ಬುದ್ಧಿ ಕಳಿಸುವ ದೇವತೆ" ಎನ್ನುವುದನ್ನು "**ಮನ್ಯು**" ಪದದಿಂದ ತಿಳಿಸಿದೆ. "ಶ್ರೀಃ" ಎನ್ನುವ ಹೆಸರು ಶ್ರೀ ವೈಷ್ಣವರಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಬಹಳ ಪ್ರಿಯವಾಗಿದೆ. ಆದರೆ ವಿಶ್ವಕ್ಕೆ ತಾಯಾಗಿರುವ ಅವಳನ್ನು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಪ್ರಿಯವಾಗುನಂತೆ "**ಮನ್ಯು**" ಎಂದು ಹೇಳಿದೆ. ಇವಳೂ ಪಟ್ಟಮಹಿಷಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಅವಳಿಗೂ ಕಿಂಕರರಾಗಿರುವವರು "**ಮನ್ಯುಪತಿಗಳು**" ಅವಳ ಆಜ್ಞೆಯನ್ನು ಕಾರ್ಯತಃ ಪರಿಪಾಲನೆ ಮಾಡುವವರು.

ಹೀಗೆ ಸೂರ್ಯನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನೂ, ಅವಳ ಪಟ್ಟಮಹಿಷಿಯಾಗಿ ಪ್ರಭುತ್ವ ನಡೆಯಿಸುವ ಮನ್ಯುದೇವತೆಯಾದ ಶ್ರೀ ದೇವಿಯನ್ನೂ, ಇವರಿಬ್ಬರ ಕಿಂಕರರಾದವರೆಲ್ಲರನ್ನೂ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಸಾರ್ವಭೌಮನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು "**ರಾತ್ರಿ**" ಎನ್ನುವ ಪದದಿಂದ ತಿಳಿಸಿ, ಅವನ ಪ್ರಭುತ್ವದ ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ವೇದವು ತಿಳಿಸಿದೆ. "**ರಾ–ಧಾನೆ, ತ್ರೈ–ಪಾಲನೆ**" ಎನ್ನುವ ಎರಡು ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ "**ರಾತ್ರಿ**" ಪದವಾಗಿದೆ. "**ರಾತ್ರಿಯಂತೇ ಯಸ್ಯ ಸನ್ನಿಧೌ ವಸ್ತ್ವಂತರಾಣಿ–ರಾತ್ರಿಃ**" ಎಂತಲೂ ಆ ಪದಕ್ಕೆ ಅರ್ಥವಿದೆ. ಅಂದರೆ ಯಾವ ಪರಮಾತ್ಮನೆದುರಿಗೆ ಮತ್ತೆಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳು ಕತ್ತಲೆಯಂತಿವೆಯೋ ಅವನು **ರಾತ್ರಿಃ** (ಪು. 11 ನೋಡಿ). ತನ್ನ ಆಶ್ರಿತರಿಗೆ ಶ್ರೇಯಸ್ಸನ್ನು ತನ್ನ ಕಿಂಕರರಿಂದಲೂ ಮತ್ತು ತಾನೂ ಕೊಡುವವನು **ರಾತ್ರಿಃ**. ಇಷ್ಟು ಮಹಿಮೆಯುಳ್ಳ ಪರಮಾತ್ಮನು ನಮ್ಮ ಸಕಲ ಪಾಪಗಳನ್ನು, ಈ ನನ್ನ ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿಟ್ಟಿರುವ ತೀರ್ಥದಲ್ಲಿ, ತನ್ನ ಶಕ್ತಿಯ ಆವಾ

ಹನೆಯಿಂದ ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ ಅನುಗ್ರಹಿಸಲಿ; ನಾನು ಕುಡಿಯುತ್ತೇನೆ–" ಎನ್ನುವುದೇ ಈ ಮಂತ್ರದ ಸಾರಾರ್ಥ.

ಪಾಪಗಳಲ್ಲಿ ಎರಡು ವಿಧ. 1. ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ನಾವು ಮಾಡಿರುವ ಪಾಪಗಳು ಮತ್ತು 2. ನಮ್ಮ ಪ್ರಾರಬ್ಧ ಕರ್ಮದಿಂದ ಮುಂದೆ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಬುದ್ಧಿ ಇಲ್ಲದೆ ಮಾಡಬಹುದಾದ ಪಾಪಗಳು. ಇವುಗಳಿಗೆ **ಪೂರ್ವಾಘ, ಉತ್ತರಾಘ**ವೆಂದು ಹೆಸರು. ಪೂರ್ವಾಘ ನಾಶವನ್ನೂ ಉತ್ತರಾಘ–ಅಶ್ಲೇಷವನ್ನೂ ಇಲ್ಲಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲಾಗಿದೆ. ಈ ಪಾಪಗಳು **ಕಾಯಿಕ, ವಾಚಕ** ಮತ್ತು **ಮಾನಸಿಕ**ವೆಂದು ಮೂರು ವಿಧ. ಮೂರು ವಿಧವಾದ ಎರಡು ಜಾತಿಯ ಪಾಪಗಳೂ ನಾಶವಾಗಲೆಂದು ಈ ಪ್ರಾಶನವು ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ.

b. ಮಧ್ಯಾಹ್ನದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಪ್ರಾಶನ ಮಂತ್ರ

ಆಪಃ ಪುನಂತು ಪೃಥಿವೀಂ; ಪೃಥಿವೀ ಪೂತಾ ಪುನಾತು ಮಾಂ; ಪುನಂತು ಬ್ರಹ್ಮಣಸ್ಪತಿಃ; ಬ್ರಹ್ಮಪೂತಾ ಪುನಾತು ಮಾಂ; ಯದುಚ್ಛಿಷ್ಟಂ ಅಭೋಜ್ಯಂ ಯದ್ವಾ ದುಶ್ಚರಿತಂ ಮಮ, ಸರ್ವಂ ಪುನಂತು ಮಾಂ ಆಪಃ, ಅಸತಾಂ ಚ ಪ್ರತಿಗ್ರಹಂ–ಸ್ವಾಹಾ ||

ಆಪಃ–ನೀರಿನ ಅಧಿದೇವತೆಯು, **ಪೃಥಿವೀಂ**–ಮಣ್ಣಿನಿಂದ ಆಗಿರುವ ಈ ಶರೀರವನ್ನು, ಪರಿಶುದ್ಧ ಮಾಡಲಿ; **ಪೂತಾ** – ಹಾಗೆ ಪರಿಶುದ್ಧ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ, **ಪೃಥಿವೀ**–ಶರೀರವು, **ಮಾಂ**–ಆತ್ಮವಾದ ನನ್ನನ್ನು, **ಪುನಾತು**–ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ; **ಬ್ರಹ್ಮಣಸ್ಪತಿಃ**–ನಾನ್ಮುಖನಿಗೆ ಯಜಮಾನನಾದ ಅಥವಾ, ವೇದಕ್ಕೆ ಯಜಮಾನನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನು, **ಪುನಂತು**–ಪರಿಶುದ್ಧ ಮಾಡಲಿ; **ಬ್ರಹ್ಮಪೂತಾಃ**–ಬ್ರಹ್ಮವಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಂದ ಪರಿಶುದ್ಧವಾದವರೆಲ್ಲರೂ, **ಮಾಂ**–ನನ್ನನ್ನು, **ಪುನಾತು**–ಪರಿಶುದ್ಧ ಮಾಡಲಿ; **ಉಚ್ಛಿಷ್ಟಂ ಅಭೋಜ್ಯಂ ಯತ್**–ನಾನು ತಿನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಯಾವುದು (ನನಗೆ ತಿಳಿಯದೆ) ಎಂಜಲೋ, ತಿನ್ನಲು ಅಯೋಗ್ಯವೋ, ಅದನ್ನೂ, **ಯದ್ವಾ**-ಅಥವಾ,**ಮಮ ದುಶ್ಚರಿತಂ** (ಬುದ್ಧಿಪೂರ್ವಕವಾಗಿ, ಎಂಜಲನ್ನೂ, ಅಯೋಗ್ಯ ವಸ್ತುವನ್ನೂ, ನಿರ್ವಾಹವಿಲ್ಲದೆ ತಿನ್ನುವುದರಿಂದ ಬರುವ) ನನ್ನ ಕೆಟ್ಟ ಕೆಲಸವನ್ನೂ, **ಅಸಂತಾಂ ಪ್ರತಿಗ್ರಹಂ ಚ**–ಅಸಜ್ಜನರ ವಸ್ತು ಸ್ವೀಕಾರವನ್ನೂ ಕೂಡ, ಅಂದರೆ, **ಸರ್ವಂ**–ಎಲ್ಲವನ್ನೂ, **ಮಾಂ**–ನನ್ನನ್ನು, **ಆಪಃ**–ನೀರಿನ ದೇವತೆಯು, **ಪುನಂತು**–ಪರಿಶುದ್ಧ ಮಾಡಲಿ; ಅದಕ್ಕಾಗಿ, **ಸ್ವಾಹಾ**–ಈ ಮಂತ್ರಪೂತ ನೀರನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸುತ್ತೇನೆ; ನನ್ನನ್ನೂ ಅರ್ಪಿಸುತ್ತೇನೆ.

ಬೆಳಗ್ಗೆ ಸುಪ್ರಭಾತವನ್ನು ಹೇಳಿ, ದಂತಧಾವನಾದಿಗಳನ್ನು ಮಾಡಿ, ಸ್ನಾನ–ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾವಂದನಾದಿಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸಿದ ಮೇಲೆ, ವಿಗ್ರಹವಾಗಿಯೋ ಸಾಲಿಗ್ರಾಮವಾಗಿಯೋ

ಇರುವ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಆರಾಧಿಸಬೇಕು. ಇದಕ್ಕೆ **ಅಭಿಗಮನ–ಆರಾಧನೆ** ಎಂದು ಹೆಸರು. ಇದಾದ ಮೇಲೆ **ಉಪಾದಾನ.** ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ ಉಪಾದಾನವೆಂದರೆ ಯಾಚನೆ. ಆದರೆ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯವಾಗಿ ಜೀವಿಕೆಗಾಗಿ ನಾವು ಆಶ್ರಯಿಸುವ ವೃತ್ತಿಯಿಂದ ಬರುವ ಜೀವನಾಧಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳೆಲ್ಲವೂ ಉಪಾದಾನ. ಇದರ ಹೆಚ್ಚು ವಿಚಾರವು ಇಲ್ಲಿ ಬೇಡ. ಈ ಉಪಾದಾನವು ಸಿಕ್ಕಿದ ಮೇಲೆ ಅದರಿಂದ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗಿ ಆಹಾರವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಮಧ್ಯಾಹ್ನ ಬಂದಾಗ, ಮೊದಲು **ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕವನ್ನು** ಅಂದರೆ ಮಧ್ಯಾಹ್ನದಲ್ಲಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ನಿತ್ಯಕರ್ಮವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಆಗಲೇ ವಿಹಿತವಾದ ಪ್ರಾಶನ ಮಂತ್ರವಿದು. ಈ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕವಾದ ಮೇಲೆ ಭಗವದಾರಾಧನೆಯನ್ನು ಮತ್ತೆ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದಕ್ಕೆ **ಇಜ್ಯಾ** ಎಂದು ಹೆಸರು. ಈ ಇಜ್ಯಾದಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಅರ್ಪಿಸುವ ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನೇ ತಿನ್ನಬೇಕು. ಅಂದರೆ ಇಜ್ಯೆ ಮುಗಿಯುವವರಿಗೂ ನಾವು ಪ್ರಾಶನ ಮಾಡುವ ನೀರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಮತ್ತಾವುದನ್ನೂ ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬಾರದು. ಇಜ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಸಮರ್ಪಿಸುವ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥಗಳೆಲ್ಲವೂ ಪರಿಶುದ್ಧವಾಗುವುದಕ್ಕಾಗಿ ಈ ಮಂತ್ರವು ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ. ಇಜ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ನಾವೂ ಅವನ ಆಹಾರ ಪದಾರ್ಥವೆನ್ನುವುದನ್ನು ಮರೆಯಬಾರದು.

ಬೆಳಗಿನ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ, ನೀರಿನ ದೇವತೆಯನ್ನು ಮಾತ್ರ **ಪ್ರೋಕ್ಷಣ** ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಾಗ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿದ್ದಾಯಿತು. ಈಗ ಅದೇ ದೇವತೆಯನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮನೊಡನೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ಉಚ್ಛಿಷ್ಟಭೋಜನ, ಅಭೋಜ್ಯ ಭೋಜನ, ಬುದ್ಧಿಯಿಲ್ಲದೆ ಮತ್ತು ತಿಳಿದೂ ಅನಿವಾರ್ಯವಾಗಿ ಇವೆರಡನ್ನೂ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ಬರುವ ಪಾಪ ಮತ್ತು ಅಸದ್ವಸ್ತು ಪರಿಗ್ರಹ ಇವುಗಳಿಂದ ಬರುವ ಪಾಪ–ಇವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ, ನಮ್ಮನ್ನೂ ಸಾತ್ವಿಕರಾಗಿಯೇ ಇರಲು ಅನುಗ್ರಹಿಸಲು, ಕೇಳಿಕೊಂಡು ನಾವು ತೀರ್ಥವನ್ನು ಪ್ರಾಶನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಇಜ್ಯೆಯಾದ ಮೇಲೆ, ವಿಹಿತವಾದ ಶಾಸ್ತ್ರೀಯ ಕರ್ಮ, **ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ**–ವೇದಾಧ್ಯಯನ ಮತ್ತು ಶಾಸ್ತ್ರಾಧ್ಯಯನ. ಇದಾದ ಮೇಲೆ **ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನ.**

ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾವಂದನಾ, ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ, ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾವಂದನಾ-ಇವುಗಳನ್ನು ಆಚರಿಸುವ ಕಾಲವನ್ನು ಪೂರ್ವಿಕರು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ತಿಳಿಯಲೆಂದು, ತಮಿಳಿನಲ್ಲಿ " ಕಾಣಾದೆ, ಕೋಣಾದೆ. ಕಂಡುವಿಡು " ಎಂದಿರುವರು. ಅಂದರೆ ಸೂರ್ಯ ಬಿಂಬವನ್ನು ನೋಡದೆ ಆಕಾಶವು ಕೆಂಪಾಗಿರುವಾಗಲೇ ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು ; ಸೂರ್ಯನು ನೆತ್ತಿಗೇರಿರುವಾಗ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕಾರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು ; ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನು ಮುಳುಗುವುದಲ್ಲಿರುವಾಗ ಅರ್ಘ್ಯ ಬಿಡಬೇಕು.

C. ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಶನ ಮಂತ್ರ

ಅಗ್ನಿಶ್ಚ ಮಾ ಮನ್ಯುಶ್ಚ ಮನ್ಯುಪತಯಶ್ಚ ಮನ್ಯುಕೃತೇಭ್ಯಃ। ಪಾಪೇಭ್ಯೋ ರಕ್ಷಂತಾಂ। ಯದಹ್ನಾ ಪಾಪಮಕಾರಿಷಂ, ಮನಸಾ ವಾಚಾ ಹಸ್ತಾಭ್ಯಾಂ, ಪದ್ಭ್ಯಾಂ ಉದರೇಣ ಶಿಶ್ನಾ; ಅಹಸ್ತದವಲುಂಪತು ಯತ್ಕಿಂಚ ದುರಿತಂ ಮಯಿ ; ಇದ ಮಹಂ ಮಾಂ ಅಮೃತಯೋನೌ ಸತ್ಯೇ ಜ್ಯೋತಿಷಿ ಜುಹೋಮಿ ಸ್ವಾಹಾ ॥

ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯ ಪ್ರಾಶನಮಂತ್ರದಂತೆಯೇ ಇರುವುದರಿಂದ ಹೆಚ್ಚು ವಿವರವು ಇದಕ್ಕೆ ಬೇಕಾಗಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಅಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು **ಸೂರ್ಯ**ನೆಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇಲ್ಲಿ ಅವನನ್ನು **ಅಗ್ನಿ**ಯೆಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲಾಗಿದೆ. ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಅವನನ್ನು **ಸತ್ಯ**ನೆಂದು ಹೇಳಲಾಗಿದೆ.

ಯದಹ್ನಾ ಪಾಪಮಕಾರಿಷಂ.... ಹಗಲೆಲ್ಲಾ ಮಾಡಿದ ಪಾಪಗಳೆಲ್ಲವೂ ನಾಶವಾಗಲಿ. ಹೀಗೆ ನಾಶಮಾಡಬಲ್ಲ ದೈವವನ್ನು "**ಅಹಃ**" ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಅಂದರೆ, ಈ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು "**ಅಗ್ನಿ, ಅಹಃ, ಸತ್ಯ**" ಎಂದು ಸಂಬೋಧಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಪರಮಾತ್ಮನ ತೇಜಸ್ಸು ಹಗಲಲ್ಲಿ ಸೂರ್ಯನಲ್ಲೂ ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲೂ, ಕಾರ್ಯಕಾರಿಯಾಗಿರುತ್ತದೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರವು ಹೇಳುತ್ತಿರುವುದರಿಂದ, ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಅಗ್ನಿ ಎಂದು ಕರೆಯಲಾಗಿದೆ. ಅಗ್ರಂ **ನಯತಿ=ಅಗ್ನಿಃ** ಎನ್ನುವ ವ್ಯುತ್ಪತ್ತಿಯಿಂದ ಈ ಪದವು ಬಂದಿದೆ. ಈ ಪ್ರಕರಣದಲ್ಲಿ **ಅಗ್ನಿ** ಎಂದರೆ ಆತ್ಮವಾದ **ನನಗೂ ಆತ್ಮ**ವಾಗಿ ಅಗ್ರವಾಗಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ನಾವು ನಿದ್ರಿಸುವಾಗ ನಮ್ಮನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿ ಎಳೆದು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವನಾದ್ದರಿಂದ ಅವನು ಅಗ್ನಿ. ಇವನೇ ಯಾವ ಉಪಾಧಿಯೂ ಇಲ್ಲದವನಾದ **ಸತ್** ಎಂದು ವೇದವು ಹೇಳುತ್ತಿರುವ **ಸತ್ಯ**; ಅವನಲ್ಲೇ ನಾವು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಇರುವೆವು.

ಅಗ್ನಿಯಾಗಿರುವವನು **ಸತ್ಯನೂ**, ಅಹಃನೂ ಆಗಿರುವುದರಿಂದ ಅವನು, ನಾವು ಹಗಲಲ್ಲಿ ಮಾಡಿದ ಪಾಪಗಳೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಹೋಗಲಾಡಿಸಲು, ಈ ಎರಡು ಹೆಸರಿನಿಂದ ಪ್ರಸಿದ್ಧನಾಗಿರುವನು. ಇವನಿಗೆ ಈ ಎರಡು ಹೆಸರು ಬರಲು ಕಾರಣವನ್ನು ಬೃಹದಾರಣ್ಯಕ ಉಪನಿಷತ್ತು VII, 4, 2 ; VII, 5, 2, ರಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದೆ. ಸ–ತ್–**ಯ**– ಎನ್ನುವ ಮೂರಕ್ಷರಗಳು ಸೇರಿ–ಸತ್ಯ–ಎಂದಾಗಿದೆ. ಯೋಗದೃಷ್ಟಿಗೆ ಸೂರ್ಯನಲ್ಲಿ **ಕಾಣು**

ವನು " ಸಃ " ಪರಮಾತ್ಮ ; ಅವನನ್ನು ನೋಡಲು ಹೊರಡುವ ಜೀವಾತ್ಮಾ " **ಯಃ** " ಇವೆರಡೂ ನಿತ್ಯವಸ್ತುಗಳು ; ನಡುವಿನ " **ತ್**" ಎನ್ನುವುದು ಜೀವಾತ್ಮನಿಗೂ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೂ ನಡುವೆ, ಪರಿಣಾಮ ಹೊಂದುತ್ತಿರುವ **ಪ್ರಕೃತಿ.** ಪ್ರಕೃತಿಯ ಉತ್ತಮ ಐಶ್ವರ್ಯವಾದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದಲೇ " **ಸ** " ಎನ್ನಲ್ಪಡುವವನು "**ಯ** " ಎನ್ನಲ್ಪಡುವವನಾದ ಜೀವನಿಂದ ನೋಡಲ್ಪಡುವವನು ; ಮತ್ತು ಕೊನೆಗೆ ಎಲ್ಲವೂ ಒಂದಾಗಿ " ಸತ್ಯ" ಎಂದರೆ ಚೇತನ ಮತ್ತು ಅಚೇತನವೆನ್ನುವವೆರಡೂ ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿ ಒಂದಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವುದರಿಂದ ಪರಮಾತ್ಮ " ಸತ್ಯ ".

ಹೀಗೆ ಸತ್ಯವಾಗಿರುವವನೇ " ಅಹಃ ". ಇದರಲ್ಲಿ " **ಅ, ಹ** " ಎನ್ನುವ ಎರಡು ಪದಗಳಿವೆ. ಅ=ನ ; ಹನ್=ಹಿಂಸಾಗತ್ಯೋಃ- ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ " ಹ " ; ನ-ಹ=ಅಹಃ-ಅಂದರೆ ಹಿಂಸೆ ಮಾಡದವನು ಮತ್ತು ಕೈಬಿಡದವನು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೆ ವೇದವು " ತಸ್ಯೋಪನಿಷತ್ ಅಹಃ ಇತಿ; ಹಂತಿ ಪಾಪ್ಮಾನಂ ಜಹಾತಿ ಚ (ಶರೀರಂ) " ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಯಾವ ದೇವನು ಪಾಪಗಳನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸಿ, ಈ ಶರೀರವನ್ನು ಬಿಡಿಸುವನೋ ಅವನ ರಹಸ್ಯ ಹೆಸರು " ಅಹಃ " ಎಂದು. ರಹಸ್ಯವೆಂದರೆ ಈ ಎರಡು ಗುಣಗಳು ಯಾವ ಯೋಗಿಗೆ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಾಗುವವೋ ಅವನಿಗೆ ಮಾತ್ರ ಅರ್ಥವಾಗಿ ಪ್ರಿಯವಾಗುವ ಹೆಸರು. ಇದರ ಇನ್ನೂ ಹೆಚ್ಚು ವಿವರವು ಉಪನಿಷತ್ತಿನ " ಅಂತರಾದಿತ್ಯ ವಿದ್ಯಾ, ವ್ಯಾಹೃತಿ ಶರೀರಕಸತ್ಯನಾಮಕ-ಅಹರ್ವಿದ್ಯಾ " ಪ್ರಕರಣಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯುತ್ತದೆ.

V. ಮತ್ತೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಣ ಮಂತ್ರ

ದಧಿಕ್ರಾವ್‌ಣ್ಣೋ ಅಕಾರಿಷಂ ಜಿಷ್ಣೋಃ ಅಶ್ವಸ್ಯ ವಾಜಿನಃ; ಸುರಭಿ ನೋ ಮುಖಾ ಕರತ್; ಪ್ರ, ಣ, ಆಯೂಗ್‌ಂಷಿ ತಾರಿಷತ್-ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ— ಇತ್ಯಾದಿ III ರಲ್ಲಿ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಮಂತ್ರದ ಪುನರಾವೃತ್ತಿ.

ಜಿಷ್ಣೋಃ-ಯಾವ ದೇವತೆಯ ಪ್ರತಿಬಂಧಕ್ಕೂ ಒಳಗಾಗದೆ, ಯಾವಾಗಲೂ ಜಯಶೀಲನಾಗುವ, **ಅಶ್ವಸ್ಯ**-ಸಮಸ್ತ ವಸ್ತುಗಳ ಒಳಗೂ ಹೊರಗೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿರುವ **ವಾಜಿನಃ**-ಭಕ್ತರ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗಲೂ ಅವಸರಪಡುವ, **ದಧಿಕಾವ್‌ಣ್ಣಃ**-ಬದ್ಧರು, ಮುಕ್ತರು ಮತ್ತು ನಿತ್ಯರು-ಎನ್ನುವ ಮೂರು ಜಾತಿಯ ಚೇತನರನ್ನು ಆಕ್ರಮಿಸಿರುವ, ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ, **ಅಕಾರಿಷಂ**-ಕೈಂಕರ್ಯ ಮಾಡುತ್ತೇನೆ; (ಅವನು) **ನಃ**-ನಮ್ಮ, **ಮುಖಾ**-ಮುಖವಾದ ಮನಸ್ಸು ಮತ್ತು ಜ್ಞಾನವನ್ನು, **ಸುರಭಿ**-ಸುವಾಸನೆಯುಳ್ಳದ್ದಾಗಿ, **ಕರತ್**-ಮಾಡಬಲ್ಲವನು ; ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡಲಿ ಮತ್ತು **ನಃ**-ನಮ್ಮ, **ಆಯೂಂಷಿ**-ಆಯುಸ್ಸುಗಳನ್ನು ಪ್ರ-ತಾರಿಷತ್-ಉಪದ್ರವವಿಲ್ಲದಂತೆ ಮಾಡಬಲ್ಲವನು-ಹಾಗೆಯೇ ಮಾಡಲಿ (ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರಕ್ಕೆ-ಪು 16-17 ನೋಡಿ).

ಇಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ನಂತರ ಜಲದೇವತೆಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲಾಗಿದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು-**ಜಿಷ್ಣುः, ಅಶ್ವः, ದಧಿಕ್ರಾವಾ**–ಎನ್ನುವ ಮೂರು ವ್ಯಾಪಕನಾಮಗಳಿಂದ ಚಿಂತಿಸಲಾಗಿದೆ. ಇರುವವನು **ಭವಃ** ; ಇರಲು ಸಮರ್ಥನಾದವನು **ಭೂಷ್ಣುः**; ಹಾಗೆ ಜಯಿಸುವವನು ಜೇತಾ ; ಜಯಿಸಲು ಸಮರ್ಥನಾದವನು ಜಿಷ್ಣುः!

" **ಅಶೂ**-ಪ್ರುಷಿ-ಕಟಿ-ಖಟಿ-ವಿಶಿಭ್ಯಃ ಕ್ವನ್ " ಎನ್ನುವ ಉಣಾದಿ ವ್ಯಾಕರಣ ಸೂತ್ರದಂತೆ- ಈ ಕ್ರಿಯಾಪದಗಳಿಂದ, ಪೂರ್ಣಾರ್ಥಕೊಡುವ ನಾಮಪದಗಳನ್ನು ಉಂಟು ಮಾಡಬೇಕಾದರೆ " ವ (ಕ್ವನ್) " ಪ್ರತ್ಯಯವನ್ನು ಸೇರಿಸಬೇಕು. ಅಶ್+ವ–**ಅಶ್ವ** (ನಮ್ಮ ಸಹಸ್ರನಾಮ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನವನ್ನು ನೋಡಿ). ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಒಳಗೂ ಹೊರಗೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿ, ಎಲ್ಲವೂ ತಾನಾಗಿಯೇ ಇರುವವನು **ಅಶ್ವ.** ಹಾಗೆ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದು ಲ್ಲದೆ, ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಆಕ್ರಮಿಸಿ ತನ್ನಧೀನದಲ್ಲಿಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವವನು **ದಧಿಕ್ರಾವಾ.** ಬರೀ " ಅಶ್ವ " ಪದವಿದ್ದಿದ್ದರೆ, ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಚೇತನನಾಗಿಯೂ ಅಚೇತನವಾಗಿಯೂ ಇರುವನೆನ್ನುವ ಅರ್ಥವು ಬರುತ್ತಿತ್ತು. ಆದರೆ, **ದಧಿಕ್ರಾವಾ**-ಪದದಿಂದ, ಚೇತನವೂ, ಅಚೇತನವೂ, ಬೇರೆಯಾಗಿದ್ದರೂ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ತಾನೂ ಇದ್ದು ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿರುವನು ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವು ಸಿದ್ಧಿಸುತ್ತದೆ. ಅಶ್ವಪದದ ಅರ್ಥವನ್ನು ವೇದವು **ದಧಿಕ್ರಾವಾ** ಪದದಿಂದ ಬಿಚ್ಚಿ, ಒಟ್ಟಿನರ್ಥವನ್ನು **ಜಿಷ್ಣು** ಪದದಿಂದ ತಿಳಿಸಿದೆ.

"ನಮ್ಮ ಮುಖವನ್ನು ಸುವಾಸನೆಯಿಂದ ಕೂಡಿರುವಂತೆ ಮಾಡಲಿ", "ನಮ್ಮ ಆಯಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಯಾವ ಉಪದ್ರವವೂ ಬಾರದಿರಲಿ"- ಎಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, ತೀರ್ಥವನ್ನು ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದು, ನಾವು ನಿರ್ವಿಘ್ನವಾಗಿ ಪರಮಾತ್ಮನ ಕೈಂಕರ್ಯವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವ ಉದ್ದೇಶದಿಂದ. " ಅಕಾರಿಷಂ " ಎಂದರೆ "ಮಾಡುತ್ತೇನೆ " ಎಂದು ಮಾತ್ರ ಅರ್ಥ. " ಯಾವುದನ್ನು ? " ಎನ್ನುವ ಕರ್ಮಪದವಿಲ್ಲದೇ ಇರುವುದರಿಂದ, ಆ ಪದದಿಂದಲೇ " ಕೈಂಕರ್ಯ "ವೆನ್ನುವ ಕರ್ಮವನ್ನು ತೆಗೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದು ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಇರುವ ಒಂದು ವಿಶೇಷ. ಲೌಕಿಕ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ " ಪಚತಿ " ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿ " ಪಾಕಂ ಪಚತಿ " ಎನ್ನುತ್ತೇವೆ. ವೇದದಲ್ಲಿ ಹಾಗೆ ಬಿಚ್ಚಿ ಹೇಳದೇ ಆ ಅರ್ಥವು ಬರುತ್ತದೆ.

ನಾವು ಚೇತನರು ; ನಮ್ಮ ಹೊರಗಿನ ಮುಖ ಮನಸ್ಸು, ಒಳಗಿನ ಮುಖ ಜ್ಞಾನ. ಜ್ಞಾನವು ಚೇತನನಿಗೆ, ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಕಿರಣಗಳಂತೆ ಸೇರಿದೆ. ಈ ಜ್ಞಾನವು ಮನಸ್ಸಿನ ಮುಖವಾಗಿ ಪ್ರಕಾಶವನ್ನು ಸೂಸುತ್ತದೆ. "ಮನಸ್ಸು ಸುವಾಸನೆಯಿಂದ ಕೂಡುವಂತಾಗಲಿ " ಎಂದರೆ " ರಜೋಗುಣವೂ, ತಮೋಗುಣವೂ ಹಿಂಸೆಕೊಡದೆ, ಸತ್ವಗುಣದಿಂದ ಯಾವಾಗಲೂ ಇರುವಂತಾಗಲಿ "ಎಂದರ್ಥ. " ಜ್ಞಾನವು ಸುವಾಸಿತವಾಗಲಿ " ಎಂದರೆ,

"ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಪರಮಾತ್ಮನ ನಿತ್ಯಗಂಧವು ಗೋಚರವಾಗಲಿ" ಎಂದರ್ಥ. ವೇದವು ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು "ಸರ್ವಗಂಧಃ" ಎಂದಿದೆ. ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಎಷ್ಟು ಸುಗಂಧಗಳಿವೆಯೋ ಅವೆಲ್ಲವೂ ಒಟ್ಟುಗೂಡಿ ಅವನಲ್ಲಿ "ತುಳಸೀವಾಸನೆ" ಯಾಗಿದೆಯೆಂದು ಯೋಗಿಗಳು ಕಂಡು ಹಿಡಿದಿರುವರು. ಹೇಗೆ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ನಮ್ಮ "ತಿರುಪ್ಪಾವೈಹೃದಯಂ" ಗ್ರಂಥದ 10ನೇ ಪದ್ಯಾರ್ಥದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯಬಹುದು.

VI. ಹೀಗೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡ ಮೇಲೆ, "**ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ, ತತ್ಸವಿತುಃ ವರೇಣೀಯಂ ಭರ್ಗೋದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ, ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್**" ಎಂದು ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಬಿಟ್ಟ ಮೇಲೆ, ಕೇಶವಾಯನಮಃ—ಮೊದಲಾದ 12 ನಾಮೋಚ್ಚಾರಣ ಮಾಡಿ, (ಪು 13) 12 ತರ್ಪಣ ಬಿಟ್ಟು, ಮುಂದೆ **ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪ** ಮತ್ತು **ಗಾಯತ್ರೀ** ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು. ಅದಾದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾವಂದನವನ್ನು "**ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಚರ್ಷಣೀ ಧೃತಃ**" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದಲೂ, ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕವನ್ನು "**ಆಸತ್ಯೇನ ರಜಸಾ**"ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದಲೂ, ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾವಂದನವನ್ನು "**ಇಮಂ ಮೇ ವರುಣ**" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದಲೂ ಮುಗಿಸಬೇಕು. ಈ ಮೂರು ನಿತ್ಯ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಮಾಡುವ ಕ್ರಮವನ್ನು ಗುರುವಿನಿಂದ ತಿಳಿದುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

VII. **ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪ** :—ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಪು. 15 ರಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ. ಅದರ ಅರ್ಥವನ್ನು ಇಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗುತ್ತದೆ. ಈ ಜಪವನ್ನು ಅಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ **ಕುಂಭಕ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ**ವಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕು.

A) ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಮೂರು ಭಾಗವಿದೆ. **ಓಂ ಭೂಃ, ಓಂ ಭುವಃ ಓಗ್ಂ ಸುವಃ ಓಂ ಮಹಃ ಓಂ ಜನಃ ಓಂ ತಪಃ ಓಗ್ಂ ಸತ್ಯಂ** — ಇದು ಮೊದಲನೇ ಭಾಗ. ಇದಕ್ಕೆ ವ್ಯಾಹೃತಿಯೆಂದು ಹೆಸರು. ಪ್ರಣವದೊಡನೆ **ಸಪ್ತ ವ್ಯಾಹೃತಿ**ಗಳಿವೆ.

B) **ಓಂ ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ಧಿಯೋ ಯೋನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್**—ಈ ಎರಡನೇ ಭಾಗಕ್ಕೆ **ಗಾಯತ್ರೀ** ಎಂದು ಹೆಸರು. ಇದೂ ಪ್ರಣವದಿಂದ ಆರಂಭಿಸುತ್ತದೆ.

C) **ಓಮಾಪೋಜ್ಯೋತೀ ರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವರೋಂ**—ಇದಕ್ಕೆ **ಗಾಯತ್ರೀ ಶಿರಸ್ಸು** ಎಂದು ಹೆಸರು. ಇದರ ಹಿಂದೂ ಮುಂದೂ ಪ್ರಣವವಿದೆ.

ಹೀಗಿರುವ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿ ಹತ್ತು ಪ್ರಣವಗಳಿರುವುದನ್ನು ಗಮನಿಸಬೇಕು. ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥಕ್ಕೆ ಒಂದು ಗ್ರಂಥವನ್ನೇ ಬರೆಯಬಹುದು. ಅವೆಲ್ಲ ವನ್ನೂ ಸಂಗ್ರಹಿಸಿ ಪ್ರಮಾಣ ಪುರಸ್ಸರವಾಗಿ ತಿಳಿದರೆ ಸಾಕು. ಇದಕ್ಕೆ **ಚಿಕ್ಕವೇದ** ವೆನ್ನುವ ಹೆಸರಿದೆ. ಕಠೋಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಯಮನು ನಚಿಕೇತನಿಗೆ ವೇದಾಂತೋಪದೇಶ ವನ್ನು ವಿಸ್ತಾರವಾಗಿ ಕೊಡುವುದಕ್ಕೆ ಮೊದಲು, ಈ ಪ್ರಣವದ ಮಹತ್ವವನ್ನು 3 ಮಂತ್ರ ಗಳಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದ.

ಸರ್ವೇ ವೇದಾಯತ್ಪದ ಮಾಮನಂತಿ ತಪಾಂಸಿ ಸರ್ವಾಣಿ ಚ ಯದ್ವದಂತಿ ।
ಯದಿಚ್ಛಂತೋ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಂ ಚರಂತಿ ತತ್ತೇ ಪದಂ ಸಂ
ಗ್ರಹೇಣ ಭ್ರವೀಮಿ **ಓಂ ಇತ್ಯೇತತ್** ॥
ಏತದ್ಧ್ಯೇವಾಕ್ಷರಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಏತದ್ಧ್ಯೇವಾಕ್ಷರಂ ಪರಂ ।
ಏತದ್ಧ್ಯೇವಾಕ್ಷರಂ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಯೋ ಯದಿಚ್ಛತಿ ತಸ್ಯ ತತ್ ॥
ಏತದಾಲಂಬನಂ ಶ್ರೇಷ್ಠಂ ಏತದಾಲಂಬನಂ ಪರಂ ।
ಏತದಾಲಂಬನಂ ಜ್ಞಾತ್ವಾ ಬ್ರಹ್ಮಲೋಕೇ ಮಹೀಯತೇ ॥
II, 15, 16, 17.

ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು II, 15 ಮಂತ್ರವನ್ನು ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ (VIII–11)

ಯದಕ್ಷರಂ ವೇದವಿದೋ ವದಂತಿ ವಿಶಂತಿ ಯದ್ಯತಯೋ ವೀತರಾಗಾಃ ।
ಯದಿಚ್ಛಂತೋ ಬ್ರಹ್ಮಚರ್ಯಂ ಚರಂತಿ ತತ್ತೇ ಪದಂ ಸಂಗ್ರಹೇಣ ಪ್ರವಕ್ಷ್ಯೇ ॥

ಎಂದು ಸ್ವಲ್ಪ ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಮಾಡಿ ಹೇಳಿ, ಮುಂದಿನ VIII–13 ರಲ್ಲಿ "**ಓಂ ಇತ್ಯೇ ಕಾಕ್ಷರಂ ಬ್ರಹ್ಮ ವ್ಯಾಹರನ್ ಮಾಮನುಸ್ಮರನ್**" ಎಂದು ಹೇಳೀ ಈ ಪ್ರಣವವು "**ಬ್ರಹ್ಮ**", ಬಹಳ ವ್ಯಾಪಕವಾದದ್ದು; ಬಹು ದೊಡ್ಡದು–ಎಂದು ತಿಳಿಸಿರುವನು. ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರಣವ ಜಪವು ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರಕ್ಕೆ ಮತ್ತು ಅನುಭವಕ್ಕೆ ಅತ್ಯಾವಶ್ಯಕವಾದದ್ದೆಂದೂ ಅಲ್ಲೇ ಹೇಳಿರುವನು. ಈ ಜಪವನ್ನು ಅದರ ಅರ್ಥದೊಡನೆ ಮಾನಸಿಕವಾಗಿ ಮಾಡ ಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನೂ ಹೇಳಿರುವನು.

ಇಂತಹ ಮಹಿಮೆಯುಳ್ಳ ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥವು ವೇದದ ಪೂರ್ಣಾರ್ಥವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹ ಮಾಡಿರುವುದರಿಂದ, ಅದಕ್ಕೆ ವೇದವು ಅಷ್ಟು ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. **ಅ+ಉ+ಮ್** ಸೇರಿ ಓಂ ಆಗಿದೆ. **ಅ**="ಅವ–ರಕ್ಷಣೆ" ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದದ "**ಅ**" ಎನ್ನುವುದು ಸಮಸ್ತ ಪದದಲ್ಲಿ ಮೊದಲು ಸೇರಿರುವುದಲ್ಲದೆ, ಅದು ವಾಚಕಗಳಾದ ಶಬ್ದಗಳಲ್ಲಿ ಮೊದಲ ನೇಯದೂ ಆಗಿದೆ. "**ಅಕಾರೋ ವೈ ಸರ್ವಾ ವಾಕ್**" ಎಂದು ವೇದ ಪುರುಷನೂ,

" ಅಕ್ಷರಾಣಾಂ ಅಕಾರೋಽಸ್ಮಿ" ಎಂದು ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನೂ ಹೇಳಿರುವರು. ಆದ್ದರಿಂದ

ಸಮಸ್ತಶಬ್ದ ಮೂಲತ್ವಾತ್ ಅಕಾರಸ್ಯ ಸ್ವಭಾವತಃ
ಸಮಸ್ತವಾಚ್ಯಮೂಲತ್ವಾತ್ ಬ್ರಹ್ಮಣೋಽಪಿ ಸ್ವಭಾವತಃ ||
ವಾಚ್ಯವಾಚಕಸಂಬಂಧ ಸ್ತಯೋರರ್ಥಾತ್ಪ್ರತೀಯತೇ |

"ಸಮಸ್ತ ವಾಚಕಗಳಿಗೆ ಮೂಲವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಸಮಸ್ತ ವಾಚ್ಯಕ್ಕೂ ಕಾರಣನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿಸುವುದಲ್ಲದೆ, ಸಮಸ್ತ ವಾಚಕಗಳಾದ ಶಬ್ದಗಳ ಮತ್ತು ವಾಚ್ಯಗಳಾದ ಅಂದರೆ ಚೇತನ ಮತ್ತು ಅಚೇತನ ವಸ್ತುಗಳ, ಸಂಬಂಧವನ್ನೂ ಈ ಅಕಾರವು ತಿಳಿಯಪಡಿಸುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ ಅಕಾರವು ಚೇತನಾಚೇತನಗಳ ರಕ್ಷಕನಾಗಿರುವವನನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ." ಸಂಸ್ಕೃತದಲ್ಲಿ ಒಂದು ವಿಶೇಷವುಂಟು. ಒಂದು ಪದವನ್ನು ವಿಶೇಷಣವಿಲ್ಲದೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿದರೆ ಅದಕ್ಕೆ ಪೂರ್ಣಾರ್ಥವನ್ನು ಕೊಡಬೇಕು. ಅಕಾರಕ್ಕೆ ವಿಶೇಷಣವಿಲ್ಲದಿರುವುದರಿಂದ "ನಿರುಪಾಧಿಕ–ಸರ್ವರಕ್ಷಕ–ಷಾಡ್ಗುಣ್ಯವಿಶಿಷ್ಟ ಪರಮಾತ್ಮಾ" ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ.

ಉ–ಕಾರಕ್ಕೆ ವೇದದಲ್ಲಿ "ತದೇವಾಗ್ನಿಃ ತದ್ವಾಯುಃ ತತ್ಸೂರ್ಯಃ [ತತ್-ಉ] ತದು ಚಂದ್ರಮಾಃ" ಇವೇ ಮೊದಲಾದ ಅನೇಕ ಕಡೆ " ಏವ-ಅದೇ [ಅವಧಾರಣ] " ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವಿರುವುದರಿಂದ, ಆ ಅರ್ಥದಿಂದಲೇ ಅದು ಇಲ್ಲಿಯೂ ಇದೆ. **ಅ**+**ಉ** ಎಂದು ಸೇರಿ ಸಂಧಿಯಾಗಿ "**ಓ** " ಎಂದಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅಕಾರದ ಮೇಲಿರುವ ಚತುರ್ಥೀ ವಿಭಕ್ತಿಯೂ ಸಮಸ್ತ ಪದದಲ್ಲಿ ಲೋಪ ಹೊಂದಿದೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈ ಎರಡು ಪದಗಳ ಒಟ್ಟೆನರ್ಥ " **ಅಕಾರಾರ್ಥಾಯ ಏವ**=ಅಕಾರ ವಾಚ್ಯನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗಾಗಿಯೇ " ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗಾಗಿಯೇ ಇರುವವನು ಪ್ರಣವದ ಮೂರನೇ ಅಕ್ಷರವಾದ "**ಮ್**" ಕಾರಕ್ಕೆ ವಾಚ್ಯನಾಗಿರುವವನು ಎನ್ನುವುದು ಪ್ರಣವದ ಪೂರ್ಣಾರ್ಥ. "**ಮ್**" ಎನ್ನುವುದು ಸ್ವರಗಳ ಸಹಾಯವಿಲ್ಲದೆ ಉಚ್ಚರಿಸಲಾಗದ ವರ್ಗೀಯಾಕ್ಷರಗಳಲ್ಲಿ ೨೫ನೇ ಅಕ್ಷರ. ಪ್ರಕೃತಿಯು ೨೪ ತತ್ವಗಳಾಗಿದೆ [ಪು 20–21]. ೨೫ನೇ ತತ್ವ ಜೀವಾತ್ಮಾ ಎಂದು **ಈ ಮ್** ಪದವು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಅಲ್ಲದೆ ಈ ಪದವು "**ಮನ-ಜ್ಞಾನೇ** " ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ ಹುಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ, ಮಕಾರವಾಚ್ಯನು ಜ್ಞಾನಸ್ವರೂಪನೂ ಜ್ಞಾನಜ್ಞಾನಸ್ವಭಾವನೂ ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವು ಬರುತ್ತದೆ.

ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ "**1.** ಅ–ನಿರುಪಾಧಿಕ ಸರ್ವಶಕ್ತ ಸರ್ವರಕ್ಷಕನಾದ ಪರಮಾತ್ಮ, **2. ಲುಪ್ತ ಚತುರ್ಥೀ**=ನಿಗಾಗಿ, **3. ಉ**=ಯೇ, **4. ಮಕಾರ** ವಾಚ್ಯನಾದ ಜೀವನಿರುವನು—ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನಿಗಾಗಿಯೇ ಜೀವನಿರುವನೆಂದರೆ, ಜೀವನು

ಬೇರೆ ಚೇತನನಾಗಿರುವುದು ತನ್ನ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕಲ್ಲದೆ, ಪರಮಾತ್ಮನ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕಾಗಿ ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವು ಬರುವುದರಿಂದ ಪರಾರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ ಅವನಿರುವನು-ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಪಾರಾರ್ಥ್ಯವೇ ಇವನ ಸ್ವರೂಪಪ್ರಾಪ್ತ ಗುಣ. **ಪರಾರ್ಥ** ಎನ್ನುವುದನ್ನು "**ಶೇಷ**"ವೆಂದು ಹೇಳಬೇಕೆಂದು ಪೂರ್ವ ಮೀಮಾಂಸಾ ಶಾಸ್ತ್ರವು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ [ಜೈಮಿನಿ ಧರ್ಮಸೂತ್ರ III 1-1- ಶೇಷಃ ಪರಾರ್ಥತ್ವಾತ್]. ಅಂದರೆ ಜೀವಾತ್ಮನು ಯಾವತ್ತಿಗೂ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಶೇಷವಸ್ತು–ಎನ್ನುವುದು ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥವೆಂದು ವ್ಯಾಕರಣ ಶಾಸ್ತ್ರ ಮರ್‍ಯಾದೆ ತಿಳಿದವರೆಲ್ಲರೂ ಒಪ್ಪಲೇ ಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೆ ಜ್ಞಾನಿಗಳು ಸಾಮಾನ್ಯವಾಗಿ

"ಯಥೇಷ್ಟ ವಿನಿಯೋಗಾರ್ಹಂ ಶೇಷ ಶಬ್ದೇನ ಕಥ್ಯತೇ" ಎಂದಿರುವರು. "ತನ್ನ ಇಷ್ಟ ಬಂದಂತೆ ಉಪಯೋಗಿಸಿಕೊಳ್ಳಲಾಗುವ ವಸ್ತು ಶೇಷ." ಲೌಕಿಕವಾಗಿ ಈಯರ್ಥವು ಇಷ್ಟೇ ಆಗಿದ್ದರೂ ವೇದಾರ್ಥವಾಗಿ ಹೇಳುವಾಗ ಇನ್ನೂ ವಿವರದೊಡನೆ ತಿಳಿಯಬೇಕು. ಪರಮಾತ್ಮನು ಚೇತನಾಚೇತನಾತ್ಮಕವಾದ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ, ಹೂಜಿಗೆ ಮಣ್ಣಿನಂತೆ, ಉಪಾದಾನ ಕಾರಣನೂ, ಕುಂಬಾರನಂತೆ ನಿಮಿತ್ತ ಕಾರಣನೂ ಆಗಿರುವನೆನ್ನುವುದು ಉಪನಿಷತ್ತುಗಳು ಹೇಳುವ ಮುಖ್ಯಾರ್ಥ. ಮಣ್ಣು, ಉಪಾದಾನ; ಹೂಜಿ ಉಪಾದೇಯ; ಹೂಜಿಯು ಉಪಾದೇಯವಾಗಿ ಬೇರೆ ಆಕಾರದಲ್ಲಿದೆಯೇ ಹೊರತು, ಅಲ್ಲಿರುವುದೆಲ್ಲಾ ಮಣ್ಣೇ. ಹಾಗೆ ಜೀವಾತ್ಮ ಉಪಾದೇಯವಾಗಿದ್ದರೂ ಬೇರೆ ಆಕಾರ ಮತ್ತು ಹೆಸರನ್ನು ಗಳಿಸಿರುವ ಆತ್ಮನೇ. ಮಣ್ಣಿನ ಪ್ರಯೋಜನ ಹೂಜಿಯಿಂದ ಪ್ರಕಾಶಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪ್ರಯೋಜನವು ಜೀವನಿಂದ ಪ್ರಕಾಶವಾಗಬೇಕು. ಆದ್ದರಿಂದ **ಶೇಷ**ವೆನ್ನುವುದಕ್ಕೆ– "**ಪರಗತ–ಅತಿಶಯ–ಆಧಾನೇಚ್ಛಯಾ, ಉಪಾದೇಯತ್ವಂ ಯಸ್ಯ ಸ್ವರೂಪಂ ಸಃ ಶೇಷಃ ಪರಃ ಶೇಷೀ**"–ಎನ್ನುವ ಲಕ್ಷಣವು ಸಂಗತವಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ "ಪರಮಾತ್ಮನಲ್ಲಿರುವ–ಹಿರಿಮೆಯನ್ನು–ಪ್ರಕಾಶಪಡಿಸುವ ಮತ್ತು ಕಾಪಾಡುವ ಇಚ್ಛೆಯಿಂದ, ಉಪಾದೇಯವಾಗಿರುವಿಕೆಯು ಯಾವನ ಸ್ವರೂಪವೋ ಅವನು ಶೇಷ; ಪರವಸ್ತುವಾದ ಪರಮಾತ್ಮ ಶೇಷೀ." ಅಚೇತನವು ಉಪಾದೇಯವಾಗಿದ್ದರೂ ಅದಕ್ಕೆ ಇಚ್ಛೆಯಿಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅದನ್ನು ಶೇಷವೆಂದು ಕರೆಯಲು ಅಷ್ಟು ಉಚಿತವಾಗುವುದಿಲ್ಲ. ಅಚೇತನವಾಗಿ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿ ಕರ್ತೃತ್ವವು ಚೇತನನಿಗಾಗಿಯೇ ಇರುವುದರಿಂದ, ಚೇತನನಿಲ್ಲದೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಪ್ರವೃತ್ತಿಯೇ ಇರುವುದಿಲ್ಲ. ಗೀತೆಯು ಇದನ್ನು XIII–20 ರಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದೆ. ವೇದವು ಹೇಳುತ್ತಿರುವ ಅರ್ಥವನ್ನೇ ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಹೇಳಿರುವನು. ಆದ್ದರಿಂದ ಪರಾರ್ಥಕ್ಕಾಗಿ ಇಚ್ಛಿಸಬೇಕಾದವನು ಜೀವ, ಶರೀರವಲ್ಲ, ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲ. ಆದ್ದರಿಂದ ಜೀವನೇ **ಶೇಷ**, ಮುಖ್ಯಾರ್ಥದಲ್ಲಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥ–ನಿರುಪಾಧಿಕ-ಸರ್ವಶಕ್ತ-ಸರ್ವರಕ್ಷಕನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಶೇಷಭೂತವಾಗಿರಬೇಕಾದವನು ಜೀವಾತ್ಮಾ; ಸ್ವತಂತ್ರ ಪದವಾಗಿ ಹೇಳಿದರೆ, ಚೇತನರೆಲ್ಲರನ್ನೂ ತನ್ನ ಶೇಷವಸ್ತುವಾಗಿಯುಳ್ಳ, ನಿರುಪಾಧಿಕ–ಸರ್ವಶಕ್ತ–ಸರ್ವರಕ್ಷಕನಾಗಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥ.

A ಇಂತಹ ಮಹಿಮೆಯುಳ್ಳ ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥವನ್ನು ಭೂಃ, ಭುವಃ ಮೊದಲಾದ ಏಳು ಶಬ್ದಗಳು ಬಿಚ್ಚುವುದರಿಂದ ಅವುಗಳಿಗೆ ವ್ಯಾಹೃತಿಗಳೆಂದು ಹೆಸರು. ವ್ಯಾಹೃತಿ ಎಂದರೆ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನ–ವಿವರಣೆ. ಮೊದಲನೆ ವ್ಯಾಹೃತಿ **ಭೂಃ** ಎನ್ನುವುದು ನಾವು ನಿಲ್ಲಬೇಕಾಗಿರುವ ಸ್ಥಾನವನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಪ್ರಯಾಣವೆಂದರೆ ಒಂದು ನೆಲೆಯಾದ ಜಾಗದಿಂದ ಮುಂದಕ್ಕೆ ಚಲಿಸುವುದು. ವೇದಾಂತ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನ ನೆಲೆ **ಭೂಃ**. ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ಅಧಿದೇವತೆಯಾದ ಭೂ ದೇವಿಯೇ ನಮಗೆ ನೆಲೆಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಅವಳಿಗೆ ಆ ಹೆಸರು ಅನ್ವರ್ಥವಾಗಿದೆ. ಅವಳಿಂದಲೇ ಮುಂದಿನ **ಭುವಃ, ಸುವಃ, ಮಹಃ, ಜನಃ, ತಪಃ,** ಸತ್ಯಂ ಎನ್ನುವ ಜ್ಞಾನ ಪರ್ವಗಳು ನಮಗೆ ಸಿಗುವುದರಿಂದ ಈ ಏಳು ಲೋಕಗಳೂ ಅವಳ ವ್ಯಾಪ್ತಿಗೆ ಸೇರಿವೆ. ಒಂದು ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಅನೇಕ ಜಿಲ್ಲೆಗಳಿರುವಂತೆ ಜ್ಞಾನ ರಾಜ್ಯದಲ್ಲಿ ಏಳು ಜಿಲ್ಲೆಗಳಿವೆ. ಇಷ್ಟು ಜಿಲ್ಲೆಗಳನ್ನೂ ಆಳುವ ಯಜಮಾನ ದೇವತೆಯು ಜಿಲ್ಲೆ **ಭೂಃ**. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅವಳಿಗೆ ಆ ಹೆಸರು ಅನ್ವರ್ಥವಾಗಿದೆ.

ನಿಗಮಾಂತದೇಶಿಕರು ತನ್ನ ಭೂಸ್ತುತಿಯಲ್ಲಿ—

ತ್ವಂ ವ್ಯಾಹೃತಿಃ ಪ್ರಥಮತಃ ಪ್ರಣವಃ ಪ್ರಿಯಂ ತೇ ।
ಸಂವೇದಯತ್ಯಖಿಲಮಂತ್ರಗಣ ಸ್ತಮೇವ ।
ಇತ್ಥಂ ಪ್ರತೀತವಿಭವಾಂ ಇತರೇಷ್ವಿದಾನೀಂ
ಸ್ತೋತುಂ ಯಥಾವದವನೇ! ಕ ಇಹಾರ್ಹತಿ ತ್ವಾಂ ॥ ೨ ॥

"ಹೇ ಭೂದೇವಿ! ಮೊದಲನೇ ವ್ಯಾಹೃತಿಯಾದ "**ಭೂಃ**" ಎನ್ನುವುದು, ನಿನಗೆ ಪ್ರಿಯನಾಗಿ ಸಕಲ ವೇದ ಮಂತ್ರಗಳು ಹೇಳುತ್ತಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ತಿಳಿಸುವ ಪ್ರಣವದೊಡನೆ, ನಿನ್ನನ್ನು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. ಇಂತಹ ಮಹಿಮೆಯುಳ್ಳ ನಿನ್ನನ್ನು ಯಥಾವತ್ತಾಗಿ ಸ್ತೋತ್ರ ಮಾಡಲು ಯಾರಿಂದ ಸಾಧ್ಯ." ಅಲ್ಲದೆ,

ನಿಸ್ಸಂಶಯೈಃ ನಿಗಮಸೀಮನಿ ವಿಷ್ಣುಪತ್ನಿ !
ಪ್ರಖ್ಯಾಪಿತಂ ಭೃಗುಮುಖ್ಯೈಃ ಮುನಿಭಿಃ ಪ್ರತೀತೈಃ ।
ಪಶ್ಯಂತ್ಯನನ್ಯಪರಧೀರಸ–ಸಂಸ್ತುತೇನ
ಸಂತಃ ಸಮಾಧಿನಯನೇನ ತವಾನುಭಾವಂ ॥ ೨೪ ॥

"ಹೇ ವಿಷ್ಣುಪತ್ನಿ! ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ, ಮುನಿಗಳೆಂದು ಪ್ರಸಿದ್ಧರಾದ ಭೃಗು ಮೊದಲಾದ, ಯಾವ ಸಂಶಯವನ್ನೂ ಹೊಂದದ, ಪರಮ ಋಷಿಗಳಿಂದ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ನಿನ್ನ ನನನವೋನ್ಮೇಷವಾದ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು, ಜ್ಞಾನಿಗಳೂ ಯೋಗ ಸಂಪನ್ನರೂ ಆದ ಮಹ

ಸೀಯರು, ಕಣ್ಣಿನಂತೆ ಸಾಕ್ಷಾತ್ತಾಗಿ ನೋಡುವ ಶಕ್ತಿಯನ್ನು ಗಳಿಸಿದ ಮನಸ್ಸಿನಿಂದ, ನೋಡುತ್ತಾರೆ."

ಭೂದೇವಿಯ ಅನುಭಾವ (ಅನುಸೃತ್ಯ ಅನುಸೃತ್ಯ ಭವತಿ) ಅಂದರೆ ಎಷ್ಟು ನೋಡಿ ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿದ್ದರೂ ಹೊಸದಾಗಿಯೇ ಇರುವ ಪ್ರಭಾವವನ್ನು **ಭೂಃ, ಭುವಃ, ಸುವಃ, ಮಹಃ, ಜನಃ, ತಪಃ,** ಸತ್ಯಂ ಎನ್ನುವ ಏಳು ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ, ಅತ್ರಿ, ಭೃಗು, ಕುತ್ಸ, ವಸಿಷ್ಠ, ಗೌತಮ, ಕಾಶ್ಯಪ, ಆಂಗಿರಸ ಋಷಿಗಳು, ನೋಡಿ, ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕರಿಸಿಕೊಂಡರು. ಆ ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಪಂಚಗಳಾವುವು ?

1. **ಭೂಃ**– ಇಂದ್ರಿಯ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಅಗ್ನಿ–ಧೂಮ ಇತ್ಯಾದಿ ಜ್ಞಾನಗಳನ್ನೂ ಅಂದರೆ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ, ಅಗ್ನಿ–ಧೂಮ ಸಂಬಂದ ಜ್ಞಾನವಾದ ವ್ಯಾಪ್ತಿ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ, ಆ ವ್ಯಾಪ್ತಿ ಜ್ಞಾನದಿಂದ "ಧೂಮವಿರುವೆಡೆಯಲ್ಲಾ ಅಗ್ನಿಯಿದೆ ಎನ್ನುವ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷವಲ್ಲದ ಅನುಮಾನ ಜ್ಞಾನವನ್ನೂ ಕೊಡುವ ಪಾಂಡಿತ್ಯವು, ಉಹೆ ಮತ್ತು ಅಪೊಹೆಯಿಂದ ಯಾವ ಜ್ಞಾನ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ ಬರುವುದೋ ಅದು.

2. **ಭುವಃ**–ಈ ಪಾಂಡಿತ್ಯಕ್ಕೆ ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ತರುವಂತೆ ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲಿ ಹೊಳೆಯುವ ಅಲೌಕಿಕ ಜ್ಞಾನವಾನ **ಪ್ರತಿಭೆ**–ಎರಡನೇ ಪ್ರಪಂಚ (ಪು 6–7).

3. **ಸುವಃ**–ಆಯಾ ವಿದ್ಯೆಯಲ್ಲಿ ಬರುವ ಪಾಂಡಿತ್ಯಕ್ಕೆ ಎದಿರುಗೊಳ್ಳುವ ಪ್ರತಿಭೆಗೂ ಮಿಗಿಲಾದ, ಯಾವ ಜಾತಿಗೂ ಸೇರದ ಅಲೌಕಿಕವಾದ **ಮೇಧಾ ಪ್ರಪಂಚ** ಮೂರನೆಯದು (ಪು 6--7).

4. **ಮಹಃ**–ಈ ಪ್ರಪಂಚದಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲಾ ಜ್ಞಾನವೂ ಒಂದಾಗಿ ಬರೀ ತೇಜಸ್ಸಾಗಿ ಬೇರೆ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಕಾಣದೆ, ಒಂದು ಅನಿರ್ವಚನೀಯವಾದ ಶಾಂತಿಯಾಗಿ ನಿಲ್ಲುತ್ತದೆ ಇಲ್ಲಿಯೇ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಉಳಿಯೋಣವೇ ಎಂದು ಯೋಗಿಗೆ ತೋರುತ್ತದೆ. **ಮಹಾಚಮಸ್ಯ**ರೆನ್ನುವ ಋಷಿಗೆ ಇದು ತೋರಿತೆಂದು,

"ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವ ರಿತಿ ವಾ ಎತಾಸ್ತಿಸ್ರೋ
ವ್ಯಾಹೃತಯಃ; ತಾಸಾಂ ಉಹ ಸ್ಮೈತಾಂ
ಚತುರ್ಥೀಂ; ಮಾಹಾಚಮಸ್ಯಃ **ಪ್ರವೇದಯತೇ;**
ಮಹ ಇತಿ; ತದ್ಬ್ರಹ್ಮ ಸ ಆತ್ಮಾ"

ಎನ್ನುವ ತೈತ್ತಿರೀಯೋಪನಿಷತ್ತು ಹೇಳುತ್ತಿದೆ. ಅವರು ಈ ನಾಲ್ಕನೇ ಜ್ಞಾನಪ್ರಪಂಚವನ್ನೇ ಪರಮಾವಧಿಯೆಂದು ತಿಳಿದು ನಿಂತರು. ಯೋಗದ ಇನ್ನೂ ಮೇಲಿನ ಪರ್ವವನ್ನು

ನೋಡಿದವರು, "ಈ **ಮಹಃ** ಎನ್ನುವ ದೈವ ಮಧ್ಯವರ್ತಿ ದೈವ; ಈ ದೈವಕ್ಕೆ ಸಹಾಯವಾಗಿರುವ ಅಧಿದೇವತೆ **ಮಹೀ** ಎಂದು ತಿಳಿದು ಮುಂದುವರಿದರು. ಅವರು ನೋಡಿದ ಪ್ರಪಂಚ–

5. **ಜನಃ**–ಜೀವನು ಮಹರ್ಲೋಕದಲ್ಲಿ ತನ್ನನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮನಿಗಿಂತ ಬೇರೆಯಾಗಿ ಕಾಣಲಾರ; ಈ ಜನ ಲೋಕದಲ್ಲಿ, ಜೀವನು ತನ್ನನ್ನು ಶರೀರ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗಿಂತ ಭಿನ್ನನೂ, ಪರಮಾತ್ಮನಿಗಿಂತ ಬೇರೆಯವನೂ ಎಂದು ತಿಳಿದು ಬೇರೆ ಜನ್ಮವನ್ನೇ ತಾಳುತ್ತಾನೆ. ಹಾಗೆ ತಿಳಿದು ಯೋಚನೆ ಮಾಡಲು ಹೊರಟಾಗ—

6. **ತಪಃ**– ಲೋಕವು ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆ. **ತಪ=ಆಲೋಚನೆ**–ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ ಬಂದ ಪದವಿದು. ಚೆನ್ನಾಗಿ ಯೋಚನೆ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ಅವನಿಗೆ ಈ ಲೋಕವು ಕಾಣುವುದು.

7. **ಸತ್ಯಂ**–ಇದು ಜೀವಾತ್ಮರೆಲ್ಲರೂ ಕೈವಲ್ಯವನ್ನು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಲೋಕ. ಈ ಲೋಕವೂ ಶಾಶ್ವತವಲ್ಲ. ಕೈವಲ್ಯವು ನಿತ್ಯಮುಕ್ತಿಯೆನ್ನುವವರುಂಟು. ಆತ್ಮ ಸಂತೋಷ ಕಾರಣವಾದ ಈ ಲೋಕ ಪ್ರಾಪ್ತಿಯೇ ಪರಮಾವಧಿಯೆಂದು ತಿಳಿಯ ಕೂಡದೆಂದೇ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪಕ್ಕೆ ಮುಂದಿನ **ಗಾಯತ್ರೀ** ಜಪವು ವಿಹಿತವಾಗಿ ಸೇರಿದೆ. ಸತ್ಯವೆಂದರೆ ವಿಕಾರವಿಲ್ಲದ್ದು. ಹಾಗಿದ್ದು ಶಾಂತಿ ಬರುವುದೇ ಹೊರತು ಆನಂದಾನುಭವವು ಬರುವುದಿಲ್ಲ. ಶಾಂತಿಯು ಆನಂದಾನುಭವಕ್ಕೆ ಪೀಠಿಕೆ. ಆ ಆನಂದಾನುಭವಕ್ಕಾಗಿ ಬುದ್ಧಿಯು ಇನ್ನೂ ಬಲಿಯಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ. ಇಲ್ಲಿಯವರೆಗೂ ಉಪಾಸಕನಿಗೆ ಸಹಾಯವನ್ನು ನೀಡುವವಳು ಭೂದೇವಿ. ಅದರಲ್ಲೂ ಮೊದಲಿನ ಮೂರು ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಅವಳು ಸ್ವತಂತ್ರ ಒಡತಿ; ಮುಂದಿನ ನಾಲ್ಕು ಲೋಕಗಳಿಗೆ ಒಡತಿಯಾಗಿದ್ದರೂ, ಶ್ರೀದೇವಿಯ ಆಜ್ಞಾ ಪಾಲಕಳಾಗಿ ಉಪಮಂತ್ರಿಯಾಗಿರುವಳು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಭೂದೇವಿಯನ್ನು—

ಕ್ರೀಡಾಗೃಹೀತ–ಕಮಲಾದಿ–ವಿಶೇಷ–ಚಿಹ್ನಾಂ
ವಿಶ್ರಾಣಿತಾಭಯಕರಾಂ ವಸುಧೇ ! ಸಭೂತಿಂ ।
ದೌರ್ಗತ್ಯ–ದುರ್ವಿಷ–ವಿನಾಶ–ಸುಧಾನದೀಂ ತ್ವಾಂ
ಸಂಚಿಂತಯನ್ ಹಿ ಲಭತೇ ಧನದಾಧಿಕಾರಂ ॥ ೨೬ ॥

ಎಂದು ನಿಗಮಾಂತದೇಶಿಕರು ಸ್ತೋತ್ರ ಮಾಡಿರುವರು. ಇವಳು ಒಂದು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕಮಲವನ್ನು ಹಿಡಿದಿರುವಳು; ಅವಳ ಮತ್ತೊಂದು ಕೈಯಲ್ಲಿ ಅಭಯ ಮುದ್ರೆಯಿದೆ. ಅಣಿಮಾದಿ

ಸಕಲ ಸಿದ್ಧಿಗಳನ್ನೀಯುವವಳಿವಳು. ನಮ್ಮ ಕರ್ಮವೆನ್ನುವ ವಿಷವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವ ಅಮೃತನದಿ ಇವಳು. ಇವಳ ಅನುಗ್ರಹಬಂದರೆ, ಧನಕೊಡುವ ಶಕ್ತಿಯು ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಬರುತ್ತದೆ. ಧನವೆಂದರೆ ಹಣವೆಂದು ಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಅದರಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನವೂ ಸೇರಿದೆ. ಹಾಗೆ ಅವಳ ಅನುಗ್ರಹಕ್ಕೆ ಪಾತ್ರನಾದ ಮೇಲೆ, ಸಾಕ್ಷಾತ್ತಾಗಿ ಶ್ರೀದೇವಿಯನ್ನೇ ಆಶ್ರಯಿಸಬೇಕು. ಭೂದೇವಿಯ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಕಮಲದ ಹೂವಿದೆ: ಹಾಗೆ ಇರುವಂತೆ ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕು· ಈ ಕಮಲವು ಸಕಲ ಚೇತನರ ಹೃದಯಕಮಲ. ಅರಳದ ಕಮಲದ ಹೂವಿನಂತೆ ಕೆಳಗಡೆಗೆ ಹೃದಯವು ಬಗ್ಗಿರುವುದೆಂದು ಯೋಗಿಗಳು ತಿಳಿದಿರುವರು. ಅದನ್ನು ಊರ್ಧ್ವಮುಖಮಾಡಿ, ಅರಳಿಸಿ ಅದರಲ್ಲಿ ಶ್ರೀಯೊಡನೆ ನಾರಾಯಣನನ್ನು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ನಂತರ ಬಹಿಃ ಸಾಲಿಗ್ರಾಮ ಅಥವಾ ವಿಗ್ರಹಾರಾಧನೆಯನ್ನು ಮಾಡಬೇಕೆಂದು ಆರಾಧನೆ ಕ್ರಮದಲ್ಲಿದೆ (ಅಧೋಮುಖಂ ಹೃದಯಕಮಲಂ ಊರ್ಧ್ವಮುಖ ಮುನ್ನಮಯ್ಯ). ಹೃದಯದಲ್ಲಿರುವ ಶಕ್ತಿಗೆ ಅಧಿದೇವತೆ ಶ್ರೀದೇವಿಯೆಂದು ತಿಳಿಸುವ ಪ್ರಮಾಣಗಳು ಅನೇಕವಿವೆ [ನಮ್ಮ **ಪಾದುಕಾಸಹಸ್ರದ** ಪು. 860ನ್ನು ನೋಡಿ]. ಆ ಹೃದಯಕಮಲವನ್ನು ಭೂದೇವಿಯು ತನ್ನ ಕೈಯಲ್ಲಿ ಹಿಡಿದಿರುವಳು. ಇದರ ಅರ್ಥ, ಕಮಲದಲ್ಲಿ ವಾಸಿಸುವ ಶ್ರೀ ದೇವಿಯು ಭೂದೇವಿಯ ಕೈಯಲ್ಲಿರುವಳು ಅಂದರೆ ಅವಳ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ನಮಗೆ ಗೋಚರವಾಗುವಳು.

ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ನಾರಾಯಣನೆಂದು ಚಿಂತಿಸಿದರೆ, ಅವನ ಪಟ್ಟಮಹಿಷಿ ಶ್ರೀದೇವಿ. ಆಗ, ದೈವ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣ. ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು " ಆದಿತ್ಯಾನಾಂ ಅಹಂ ವಿಷ್ಣುಃ " ಎಂದು ಗೀತೆಯಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಪ್ರಧಾನ ಮತ್ತು ಸ್ವತಂತ್ರ ಜ್ಯೋತಿಸ್ತತ್ವವಾದ ಆದಿತ್ಯನನ್ನಾಗಿ ನೆನೆದರೆ [ಪು10–11] ಆಗ ಅವನ ಪಟ್ಟಮಹಿಷಿಯ ಹೆಸರು **ಗಾಯತ್ರೀ** ಅಂದರೆ ಗಾನಮಾಡುವವರನ್ನು ಸಾಮಗಾನದಿಂದ ತೃಪ್ತಿಪಡಿಸುವವರನ್ನು(**ಗಾಯಂತಂ**) ರಕ್ಷಿಸುವವಳು (ತ್ರಾಯತೇ). ಇವಳ ಮಂತ್ರವಾದ ಗಾಯತ್ರಿಯನ್ನೂ ಪ್ರಣವದೊಡನೆ ಚಿಂತಿಸಬೇಕು.

B. **ಓಂ ತತ್ಸವಿತುಃ ವರೇಣ್ಯಂ, ಭರ್ಗೋ ದೇವಸ್ಯ ಧೀಮಹಿ ; ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್** "–ಇದು ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರ. ಸವಿತುಃ ದೇವಸ್ಯ ವರೇಣ್ಯಂ ತತ್ ಭರ್ಗಃ ಧೀಮಹಿ ; ಯಃ [ಭರ್ಗಃ] ನಃ ಧಿಯಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್-ಇದು ಅನ್ವಯ. " **ಷೂಙ್=ಪ್ರಾಣಿಪ್ರಸವೇ**–ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ **ಸವಿತೃ** ಶಬ್ದವು ಬಂದಿದೆ. ಅದರ ಷಷ್ಠೀ ವಿಭಕ್ತಿ **ಸವಿತುಃ**. **ದಿವು=ಕ್ರೀಡಾಯಾಂ, ದಿವು=ದ್ಯೋತನೇ** ಎನ್ನುವ ಎರಡು ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ **ದೇವ** ಶಬ್ದವು ಬಂದಿದೆ. " ಚೇತನ ಮತ್ತು ಅಚೇತನದಿಂದ ತುಂಬಿರುವ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಹೆತ್ತು [ಸವಿತುಃ] ಅದಕ್ಕೆ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ಆಡುವಂತೆ ಮಾಡಿ [ದೇವಸ್ಯ] ಅದರೊಡನೆ ತಾನೂ ಆಡುತ್ತಾ ಆನಂದಿಸುತ್ತಿರುವ

(ದೇವಸ್ಯ) ಪರಮಾತ್ಮನ, ಯಾವ ಅಜ್ಞಾನವನ್ನು ಹೋಗಲಾಡಿಸುವ [ಯತ್] ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಪ್ರಸಿದ್ಧವಾದ [ತತ್] ತೇಜಸ್ಸು [ಭರ್ಗಃ] ನಮ್ಮ [ನಃ] ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು [ಧಿಯಃ] ಪ್ರಚೋದನ ಮಾಡಲಿ ಅಂದರೆ ತಡೆಯಿಲ್ಲದೆ ಮುಂದೆ ಮುಂದೆ ಹೋಗುತ್ತಿರುವಂತೆಯೇ ಮಾಡಲಿ." ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಒಂದೇ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಚಿಂತನಧಾರೆಯಿಂದಿರಲು ಶಕ್ತಿಯಿಲ್ಲ. ಪ್ರಕೃತಿಯ ಸತ್ವ-ರಜಸ್ಸು-ತಮಸ್ಸಿನ ಪ್ರವಾಹಕ್ಕೆ ಸಿಕ್ಕಿರುವ ಅದಕ್ಕೆ ತಡೆಗಳು ಬರುತ್ತಲೆ ಇರುತ್ತವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ ಈಗ ಸಂತೋಷವಿದ್ದರೆ ಉತ್ತರ ಕ್ಷಣದಲ್ಲೇ ದುಃಖ, ಬೇಜಾರು ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿ ತಲೆದೋರುತ್ತದೆ. ಜಗದಪ್ಪನ ನಿರಂತರ ಚಿಂತನೆಯಿರುವುದಿಲ್ಲ. ಆದರೆ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಒಂದು ಗುಣವಿದೆ. ಯಾವುದನ್ನು ಹಿಡಿಯುತ್ತದೋ ಅದರ ಗುಣವು ಇದಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತದೆ. ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ವಿಷಯಗಳೇ ಬುದ್ಧಿಗೆ ವಿಷಯವಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಗುಣವಾದ ಚಾಂಚಲ್ಯವು ಅದಕ್ಕೆ ಬಂದಿದೆ. ಅದು ಹೋಗಬೇಕು. ಚಂಚಲ ಸ್ವಭಾವವಿಲ್ಲದ ಸ್ವತಂತ್ರ ತೇಜಸ್ಸು ಪರಮಾತ್ಮನದು. ಅವನು ಜಗತ್ತನ್ನು ಹುಟ್ಟಿಸಿ ಅದರ ಒಡೆಯನಾಗಿರುವನು. ಅವನ ತೇಜಸ್ಸು ಅವನ ಕೃಪೆಯಿಂದ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಬರಬೇಕು. ಬಂದ ಮೇಲೆಯೇ ನಾವು ಯಾವಾಗಲೂ ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದಿರಲು ಸಮರ್ಥರಾಗುತ್ತೇವೆ. "ಅಂತಹ ಪರಮಾತ್ಮನ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ನಾನು ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತೇನೆ; ನನ್ನ ಬುದ್ಧಿಯು ಯಾವಾಗಲೂ ಪಾರಮಾರ್ಥಿಕ ದೃಷ್ಟಿಯನ್ನೇ ಹೊಂದುವಂತಾಗಲಿ" ಎನ್ನುವುದೇ ಇದರ ತಾತ್ಪರ್ಯ.

C. ಮೂರನೇ ಭಾಗ **ಗಾಯತ್ರೀ ಶಿರಸ್ಸು.– ಓಂ ಆಪೋ ಜ್ಯೋತೀ ರಸೋಽಮೃತಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಭೂ ರ್ಭುವಸ್ಸುವ ರೋಂ"** ಈ ಮಂತ್ರವು ನಮ್ಮ ವೇದಾಂತ ದೃಷ್ಟಿಯು ಹೇಗಿರಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ. "ಧಿಯೋ ಯೋ ನಃ ಪ್ರಚೋದಯಾತ್" ಎನ್ನುವ ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಮನ್ನಿಸಿ ನಮ್ಮ ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮನು ಚುರುಕು ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ, ಅದು, **ಓಂ**–ಭಗವದಾತ್ಮಕವಾಗಿ, ಅಂದರೆ ಅವನಿಗೆ ವಶವಾಗಿ ಮತ್ತು ಅವನ ವಸ್ತುವೆಂದು ನಾನು ಒಪ್ಪಿಸಿದ ಮೇಲೆ, **ಆಪಃ**–ಅವನ ವಿಷಯದಲ್ಲೇ ಧಾರಾರೂಪದಲ್ಲಿ ನೀರಾಗಿ ಅಂದರೆ ನೀರಿನಂತೆ ಪ್ರವಹಿಸಿ, **ಜ್ಯೋತಿಃ**–ತೇಜಸ್ಸಾಗಿ ಅಂದರೆ ಬರೀ ಪ್ರಕಾಶವಾಗಿಲ್ಲದೆ, ಹರಿಯುತ್ತಿರುವ ಬೆಳಕಾಗಿ [Radiant light like the rays of the sun], **ರಸಃ**-ಶುಷ್ಕವಾಗಿಲ್ಲದೆ ರಸವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಭಕ್ತಿಯಿಂದ ತೋಯ್ದು, **ಅಮೃತಂ**-ಯಾವತ್ತಿಗೂ ಅಳಿಯದ, **ಬ್ರಹ್ಮ**–ಆತ್ಮಜ್ಞಾನವಾಗಿ, **ಭೂಃ–ಭುವಃ–ಸುವಃ** ಮುಂದಿನ ಅಲೌಕಿಕ ಮೂರು ನೆಲೆಯಾದ ಭೂಃ, ಭುವಃ ಮತ್ತು ಸುವಃ ಎನ್ನುವ ಪರ್ವವಾಗಿ, ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ, ಓಂ–ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥವಾದ ಪರಮಾತ್ಮನ ಶಾಶ್ವತ ಶೇಷವಸ್ತುವಾಗಿ ನಿಲ್ಲಲಿ."

ಹೀಗೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪದ ಮೂರು ಮಂತ್ರಭಾಗದಲ್ಲಿ, **ಮೊದಲನೇ ಸಪ್ತ**-

ವ್ಯಾಹೃತಿಯಿಂದ, ವಿಶ್ವದಲ್ಲಿರುವ ನಾನು ಭೂದೇವಿಯ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದ ಏಳು ಜ್ಞಾನ ಪರ್ವಗಳನ್ನು ತಿಳಿದು ಅದನ್ನು ಅವಳಿಗೆ ವಿಜ್ಞಾಪಿಸಿಕೊಂಡು, **ಎರಡನೇ ಗಾಯಿತ್ರಿ ಯಿಂದ,** ಆ ಏಳು ಪರ್ವಗಳನ್ನು ತಿಳಿಯುವುದರಿಂದ, ಪರಮಾತ್ಮನೇ ಜಗತ್ತಿಗೆ ಅಭಿನ್ನ ನಿಮಿತ್ತೋಪಾದಾನನೆಂದೂ, ಅವನಿಗೆ ಇದರೊಡನಿದ್ದು ಕ್ರೀಡಿಸಬೇಕೆನ್ನುವ ಆಸೆಯಿದೆ ಯೆಂದೂ ಅರಿತು, ಯಾವತ್ತಿಗೂ ಅಳಿಯದ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ನನ್ನ ಬುದ್ಧಿಗೆ ಕೊಡಲು ಅವನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ, **ಮೂರನೇ ಗಾಯತ್ರೀ ಶಿರಸ್ಸಿನಿಂದ,** ಹಾಗೆ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಬೆಳಗುವಂತಾಗುವ ಜ್ಞಾನ ದೀಪ್ತಿಯಿಂದ ಆತ್ಮಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದಿ, ಅದೇ ಮೂಲವಾಗಿ ಮುಂದೆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗಲೆಂದು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಲಾಗಿದೆ. ಅದ ಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡುವಾಗ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು—

ಅರ್ಕಮಂಡಲ ಮಧ್ಯಸ್ಥಂ, ಸೂರ್ಯಕೋಟಿಸಮಪ್ರಭಂ ।
ಬ್ರಹ್ಮಾದಿ–ಸೇವ್ಯ–ಪಾದಾಬ್ಜಂ, ನೌಮಿ ಬ್ರಹ್ಮರಮಾಸಖಂ ॥

ಎಂದು ಧ್ಯಾನಿಸಬೇಕೆಂದಿದೆ. "ಸೂರ್ಯಮಂಡಲ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿರುವ, ಕೋಟಿ ಸೂರ್ಯ ತೇಜಸ್ಸಿಗೆ ಸಮನಾದ ಪ್ರಭೆಯುಳ್ಳ, ಚತುರ್ಮುಖ ಬ್ರಹ್ಮನೇ ಮೊದಲಾದವರಿಂದ ಸೇವಿ ಸಲ್ಪಡುತ್ತಿರುವ ಪಾದಾರವಿಂದವುಳ್ಳ, ಬ್ರಹ್ಮವಾದ ಜೀವನಿಗೂ (ಬ್ರಹ್ಮ) ಶ್ರೀದೇವಿಗೂ (ರಮಾ) ಸಖನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ನಮಸ್ಕರಿಸುತ್ತೇನೆ."

ಜೀವನನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮ ಎಂದು ಹೇಳಿರುವುದು, ಅವನೇ ಪರಮಾತ್ಮನೆಂದು ತಿಳಿಸುವು ದಕ್ಕಲ್ಲ. "ಬೃಹತ್ವಾತ್ ಬ್ರಹ್ಮ ಶಬ್ದಾರ್ಥಃ" ಎನ್ನುವ ನಿರ್ವಚನದಿಂದ, ಜೀವನೂ ದೊಡ್ಡವಸ್ತು. ಪರಮಾತ್ಮನೂ ದೊಡ್ಡವಸ್ತು. ಅದರೆ ಸ್ವರೂಪತಃ ಪರಮಾತ್ಮ ಬ್ರಹ್ಮ. ಜೀವನು ಅವನ ಗುಣವಾದ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ದೊಡ್ಡವಸ್ತು. ಈ ಅರ್ಥವನ್ನು ವೇದಾಂತದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಯಬಹುದು. ವೇದದ ಪೂರ್ವಭಾಗವಾದ ಕರ್ಮಕಾಂಡದಲ್ಲಿ ಜೀವನು ಶರೀರಕ್ಕಿಂತಲೂ ಭಿನ್ನನೆನ್ನುವುದು ಸಿದ್ಧವಾಗಿದೆ. ಉಪನಿಷತ್ತಿನಲ್ಲಿ ಅಂತಹ ಜೀವನು ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಶೇಷ ನಾಗಿರುವನು ಮತ್ತು ಇರಬೇಕಾದವನೆಂದು ಮಾತ್ರ ತಿಳಿಸಲಾಗಿದೆ. ಶೇಷ ವಸ್ತುವಾಗಿ ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ ಅವನು ತನ್ನನ್ನು ತಿಳಿಯಬೇಕು; ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪ ದಿಂದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಹಾಗೆ ತನ್ನನ್ನು ಪರಿವರ್ತಿಸಲು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು–ಎನ್ನುವುದು ಆ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿರುವ ಗುಟ್ಟು–"ನನ್ನ ಜ್ಞಾನವು ನೀರಿನಂತೆ ಸಂತತ ಧಾರಾರೂಪದಲ್ಲಿದ್ದು (ಆಪಃ) ಬೆಳಗುವ ಬೆಳಕಾಗಿ [ಜ್ಯೋತಿಃ] ಭಕ್ತಿಯಲ್ಲಿ ನೆನೆದು [ರಸಃ] ಶಾಶ್ವತವಾಗಿ, ಅಳಿ ಯದಂತಾಗಿ [ಅಮೃತಂ] ನಾನು ಬ್ರಹ್ಮವಸ್ತುವಾಗಿ ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ವ್ಯಾಪಿಸಿ ಎಲ್ಲ ವನ್ನು ಅರಿಯುವ ಜ್ಞಾನ ತೇಜಸ್ಸುಳ್ಳವನಾಗಿ ಅಂದರೆ ಪ್ರಕೃತಿ ಮಂಡಲ ಅಂದರೆ ಅವ್ಯಕ್ತ ಲೋಕವನ್ನು ದಾಡಿ ಹೋಗಿ ಮುಂದಿನ ಅಕ್ಷರ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಅದರೊಡನೆ ಒಂದಾಗಿ

(ಬ್ರಹ್ಮ) ಅದನ್ನೇ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಅಸ್ಥಿಭಾರವನ್ನಾಗಿ ಹೊಂದಿ (ಭೂಃ) ಮುಂದೆ **ಭುವಃ** ಎನ್ನುವ ತಮೋಲೋಕದ ಮೂಲಕ, **ಸುವಃ** ಎನ್ನುವ ವೈಕುಂಠ ಲೋಕವನ್ನು ಸೇರಿ, ಅಲ್ಲಿ ಪ್ರಣವ ಸ್ವರೂಪನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನ ನಿತ್ಯಕಿಂಕರನಾದ ಶೇಷ ವಸ್ತುವಾಗಿ ನಿಲ್ಲುವಂತಾಗಲಿ [ಓಂ]–ಇಷ್ಟು ಅರ್ಥವನ್ನೂ ಆಯಾ ಅಕ್ಷರಗಳನ್ನು ಮನಸ್ಸಿನಲ್ಲೇ ಜಪ ಮಾಡುವಾಗ ನೆನೆಯುತ್ತಾ ಇರಬೇಕು. ವಿಶಾಲವಾದ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಸಂಗ್ರಹವಾಗಿ ಚಿಂತಿಸುವುದು ಮನಸ್ಸಿನ ಒಂದು ಅಸ್ಸಾಧೃಶವಾದ ಶಕ್ತಿ. ಆ ಶಕ್ತಿಯ ಪೂರ್ಣ ಪ್ರಯೋಜನವನ್ನು ಹೊಂದಬೇಕಾದರೆ ಉಸಿರಾಡದಂತೆ ಕುಂಭಕ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮವನ್ನು ಮಾಡಲೇಬೇಕು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪವನ್ನು ಬೇರೆಯಾಗಿ ವಿಧಿಸಲಾಗಿದೆ.

ಸುಬಾಲೋಪನಿಷತ್ತು 14 ಲೋಕಗಳುಳ್ಳ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು **ಅವ್ಯಕ್ತವೆಂದು** ಹೇಳಿ, ಈ ಪ್ರಾಕೃತ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮೇಲೆ ಅದನ್ನು ಸುತ್ತಿ ಆವರಿಸಿರುವ **ಅಕ್ಷರಲೋಕ** ವಿದೆಯೆಂದೂ, ಅದೇ ಜೀವರಾಶಿಗಳಿರುವ ಲೋಕವೆಂದೂ ಅಂದರೆ ಜೀವ ಸಮಷ್ಟಿ ರೂಪ ವಿರುವ ಲೋಕ ಅದೇ ಎಂದೂ, ಆ ಲೋಕವನ್ನು ಸುತ್ತಿ ಆವರಿಸಿರುವ ಒಂದು ಲೋಕವಿದೆ; ಅದರ ಹೆಸರು **ತಮಃ** ಎಂದೂ, ಅದಾದ ಮೇಲೆ ನಿತ್ಯಲೋಕವಾದ ವೈಕುಂಠವಿದೆಯೆಂದೂ ಸಾರುತ್ತಿದೆ. ನಾವೆಲ್ಲರೂ ಈ ದಾರಿಯಲ್ಲೇ ಹೋಗಬೇಕು. ಪ್ರಪಂಚ ಪ್ರಳಯವಾಗಿ ಏನೂ ಇಲ್ಲದಂತಾಗುವಾಗಲೂ ಹೀಗೆಯೇ ಆಗುತ್ತದೆ. **ಅವ್ಯಕ್ತಂ ಅಕ್ಷರೇ ಲೀಯತೇ; ಅಕ್ಷರಂ ತಮಸಿ ಲೀಯತೇ ; ತಮಃ ಪರೇ ದೇವೇ ಏಕೀ ಭವತಿ**–ಇದು **ಈ ಮಂತ್ರ**. ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣನೂ ಕೂಡ ಈ ಅಕ್ಷರಲೋಕವನ್ನು ಗೀತೆ VIII-3ನೇ ಶ್ಲೋಕ ದಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿರುವನು. ಅವ್ಯಕ್ತ ಲೋಕವು ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಲೋಕ. ಅಕ್ಷರಲೋಕ, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮೇಲಾದ ಅಲೌಕಿಕವಾದ ಜೀವಾತ್ಮಲೋಕ; ಅದಕ್ಕೂ ಮೇಲೆ, ತಮೋಲೋಕ; ಅದಾದ ಮೇಲೆ ನಿತ್ಯಲೋಕ. ನಾವು ನಮ್ಮ ಜ್ಞಾನ ಪಯಣದಲ್ಲಿ, ಸಪ್ತ ವ್ಯಾಹೃತಿಯು ತಿಳಿಸುವ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಲೋಕವನ್ನು ದೂಡಿ ಹೋಗಿ, ಅಕ್ಷರ ಲೋಕದಲ್ಲಿ ಜೀವ ಸಮಷ್ಟಿ ರೂಪ ದಲ್ಲಿ ಒಂದಾದರೆ ಆಗ "ಬ್ರಹ್ಮ" ಎನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯೋಗ್ಯರಾಗುತ್ತೇವೆ. ಅದೇ ಮುಂದಿನ ಪೀಳಿಗೆಗೆ ಅಸ್ಥಿಭಾರ ಅಂದರೆ **ಭೂಃ**, ಮುಂದೆ ನಮ್ಮ **ಭುವಃ**, ತಮೋಲೋಕ; ಅದಕ್ಕೂ ಆಚೆ **ಸುವಃ** ; ವೈಕುಂಠ ; ಕೊನೆಯ ಶಾಶ್ವತವಾದ ಸ್ಥಾನ ಓಂ. ಈ **ಭೂಃ ಭುವಃ ಸುವಃ** ಎನ್ನುವ ಮೂರು ಲೋಕಗಳು, ಸಪ್ತವ್ಯಾಹೃತಿಯಲ್ಲಿ ಸೇರಿರುವ **ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವ**-ವಲ್ಲ. ಈ ಮೂರು ಲೋಕಕ್ಕೂ ಒಡತಿ ಶ್ರೀದೇವಿ. ಅವಳನ್ನು ಮೊದಲು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿ ಅವಳೊಡಸಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು, **ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ದಿಂದ** ಬೇರೆಯಾಗಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕು. ಇಲ್ಲೂ ಗಾಯತ್ರಿಗೆ ಅದೇ ಅರ್ಥವಾದರೂ ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುವ ಪರಮಾತ್ಮನ ಆಕಾರ ಬೇರೆ.

VIII **ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ**—ಮೊದಲು ಗಾಯತ್ರಿದೇವಿಯನ್ನು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆವಾ

ಹನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿದಂತೆ **ಗಾಯತ್ರೀ** ದೇವಿಯು ಲಕ್ಷ್ಮೀದೇವಿಯ ಆಕಾರವಿಶೇಷ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪಮಾಡುವಾಗ, ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಕೋಟಿಸೂರ್ಯ ಪ್ರಕಾಶವುಳ್ಳವನಾಗಿ ಬೇರೆ ಆಕಾರದಲ್ಲಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಶ್ರೀದೇವಿಯು **ಸಖಿಯಾಗಿ** ರುವಳು; ಪತ್ನಿಯಾಗಿಯಲ್ಲ; ಅಲ್ಲಿ ಅವಳು ಭೂದೇವಿಯ ಒಡತಿ. ಇಲ್ಲಿ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ ಮಾಡುವಾಗ **ಗಾಯತ್ರೀ** ಎನ್ನುವ ಬೇರೆ ಆಕಾರದಲ್ಲಿ ಅವಳನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡಬೇಕು.

ಆಯಾತು ವರದಾ ದೇವೀ ಅಕ್ಷರಂ ಬ್ರಹ್ಮಸಮ್ಮಿತಂ; ಗಾಯತ್ರೀಂ ಛಂದಸಾಂ ಮಾತಾ ಇದಂ ಬ್ರಹ್ಮ ಜುಷಸ್ವ ನಃ ಓಜೋಽಸಿ, ಸಹೋಽಸಿ ಬಲಮಸಿ ಭ್ರಾಜೋಽಸಿ ದೇವಾನಾಂ ಧಾಮ ನಾಮಾಸಿ ವಿಶ್ವಮಸಿ ವಿಶ್ವಾಯುಃ ಸರ್ವಮಸಿ ಸರ್ವಾಯುಃ ಅಭಿಭೂಃ ಓಂ ಗಾಯತ್ರೀಂ ಆವಾಹಯಾಮಿ.

ಇದು ಆವಾಹನೆ ಮಂತ್ರ. 1. "**ವರದಾ**–ಆಶ್ರಿತರ ಸಕಲ ಅಭೀಷ್ಟಗಳನ್ನೂ ಕೊಡು ವವಳೂ, **ಅಕ್ಷರಂ**– ನಾಶರಹಿತಳೂ, **ಬ್ರಹ್ಮಸಮ್ಮಿತಂ**–ವೇದಕ್ಕೂ, ಪ್ರಣವಕ್ಕೂ, ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೂ ಸಮಾನವಾದವಳೂ [ಬ್ರಹ್ಮಪದಕ್ಕೆ ವೇದ, ಪ್ರಣವ, ಪರಮಾತ್ಮ–ವೆನ್ನುವ ಮೂರರ್ಥವೂ ಇದೆ], ಅಂದರೆ ಚಿಕ್ಕವೇದವಾದ ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥದಲ್ಲೂ ವೇದಾ ರ್ಥದಲ್ಲೂ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ ಪತ್ನಿಯಾಗಿ ಸೇರಿ ಅವನ ಪಟ್ಟದ ರಾಣಿಯಾಗಿ ಅವನ ಅಧೀನ ಳಾದರೂ, ಅವನಿಗೆ ಸಮನಾದ "ಅಸ್ಯೇಶಾನಾ ಜಗತೋ ವಿಷ್ಣುಪತ್ನೀ" ಎಂದು ವೇದವು ಹೇಳುತ್ತಿರುವಂತೆ, ಅವನಿಗೆ ಸಮವಾದ ಅಧಿಕಾರವುಳ್ಳವಳೂ, **ಛಂದಸಾಂ ಮಾತಾ**–ವೇದಗಳಿಗೂ ತಾಯಾಗಿರುವವಳೂ ಅಂದರೆ ತನ್ನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವವರಿಗೆ ವೇದ ಮಂತ್ರಗಳು ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವಾಗುವಂತೆ ಮಾಡುವವಳೂ, ಆದ, **ಗಾಯತ್ರೀ**–ಶ್ರೀದೇವಿಯ ಅವತಾರ ಸ್ವರೂಪಳಾಗಿ, ತನ್ನನ್ನು ಸ್ತೋತ್ರ ಮಾಡುವವರನ್ನು ರಕ್ಷಿಸುವ ಳಾದ, ಆದಿತ್ಯ ಮಂಡಲದಲ್ಲಿ, ನಮ್ಮ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷ ಆದಿತ್ಯನಿಗೆ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪತ್ನಿಯಾದ ಗಾಯತ್ರೀ ದೇವಿಯು, **ಆಯಾತು**– (ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಆವಾಹಿತ ಳಾಗಲು) ಬರಲಿ ; 2. **ನಃ**–ನಮ್ಮ, **ಇದಂ**–ಈ, **ಬ್ರಹ್ಮ**–ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪದ ಬಲ ದಿಂದ, ತನ್ನನ್ನು ವಿಶ್ವಾಕಾರದಲ್ಲಿ "ಅಹಮನ್ನಂ, ಅಹಮನ್ನಂ ಅಹಮನ್ನಂ" ಎಂದು ಗಾನಮಾಡುವಂತಾಗಿ, ಬ್ರಹ್ಮವೆನ್ನಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಯೋಗ್ಯವಾದ, ಸ್ವಭಾವವನ್ನು, **ಜುಷಸ್ವ**–ಸೇರುವಂತಹವಳಾಗು ; [ನೀನು] **3. ಓಜೋಽಸಿ**–ಇಂದ್ರಿಯಗಳ ಅಂದರೆ ಅವುಗಳಿಂದ ಉಪಲಕ್ಷಿತವಾದ ಪ್ರಕೃತಿ ಶಕ್ತಿಯಾಗಿರುವೆ ; **ಸಹೋಽಸಿ**–ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೂ ಮೇಲಾದ ಅತಿವೇಗವುಳ್ಳ ಜ್ಞಾನಶಕ್ತಿಯ ವೇಗಕ್ಕಿಂತಲೂ ವೇಗವುಳ್ಳವಳಾಗಿರುವಿ; **ಬಲಮಸಿ**–ವೇಗಮಾತ್ರವಲ್ಲ. ಆ ಶಕ್ತಿಯು ಸಂತತವಾಗಿ ತಡೆಯಿಲ್ಲದೆ ಪ್ರವಹಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುವ ಬಲವಾಗಿರುವಿ ; ಅಷ್ಟೇ ಅಲ್ಲ; ಅದರ ಪ್ರಕಾಶವಾಗಿರುವಿ ; **ದೇವಾನಾಂ ಧಾಮ ನಾಮಾಸಿ**–ಸಮಸ್ತ ದೇವತೆಗಳಿಗೂ (ಬ್ರಹ್ಮ–ರುದ್ರರೂ ಸೇರಿ) ಸ್ಥಾನ ಮತ್ತು ತೇಜೋ

ದೇವತೆಯಾಗಿರುವಿ-ಎನ್ನುವ ಹೆಸರನ್ನು ಅಂದರೆ ಪ್ರಸಿದ್ಧಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರುವೆ; (ಒಟ್ಟಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದರೆ), **ವಿಶ್ವಮಸಿ**–14 ಲೋಕಗಳೂ ನೀನೇ ಆಗಿರುವೆ; **ವಿಶ್ವಾಯುಃ**–ಆ ಲೋಕಗಳ ಆಯಸ್ಸೂ ಆಗಿರುವೆ; ಅಂದರೆ ಸರ್ವಮಸಿ ಸರ್ವಾಯುಃ–ಎಲ್ಲವೂ ಆಗಿ ಎಲ್ಲಾ ವಸ್ತುಗಳ ಆಯಸ್ಸೂ ಆಗಿರುವೆ; ಒಂದು ಮಾತಿನಲ್ಲಿ ಹೇಳಿದರೆ, **ಅಭಿಭೂಃ ಓಂ**–ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಸುತ್ತುವರಿದು ಅವು ಪ್ರಕಾಶವಿಲ್ಲದಂತೆ ತೋರಿಸಿ, ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥವಾದ ಪರಮಾತ್ಮನ ಪತ್ನಿಯಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಪ್ರಣವ ಪ್ರತಿಪಾದ್ಯಳಾಗಿ ಇರುವ, **ಗಾಯತ್ರೀಂ**–ಗಾಯತ್ರೀ ದೇವಿಯಾದ ನಿನ್ನನ್ನು, **ಆವಾಹಯಾಮಿ**–ನನ್ನಲ್ಲಿ ಆವಾಹನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ. ಕೆಲವರು " ಸಾವಿತ್ರೀಂ ಆವಾಹಯಾಮಿ, ಸರಸ್ವತೀಂ ಆವಾಹಯಾಮಿ–ಎಂದು ಹೆಚ್ಚಾಗಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವರು. ಅದು ವೇದ ಮಂತ್ರದಲ್ಲಿಲ್ಲ. ಮತ್ತು ಆವಾಹನೆ ಮಂತ್ರಾರ್ಥಕ್ಕೆ ವಿರುದ್ಧವೂ ಆಗುತ್ತದೆ.

ಮೊದಲನೇ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಮುಖ್ಯವಾದ ಪದ **ಬ್ರಹ್ಮಸಮ್ಮಿತಂ.** ಬ್ರಹ್ಮಪದಕ್ಕೆ ವೇದ, ಪ್ರಣವ, ಪರಮಾತ್ಮ, ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರ ಪಡೆದ ಜೀವಾತ್ಮಾ, ಪ್ರಕೃತಿ, ದೇಹ–ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವೆಲ್ಲವೂ ಇವೆ. ಆದರೆ ಇಲ್ಲಿ **ಸಮ್ಮಿತಂ** ಎನ್ನುವುದರೊಡನೆ ಸೇರಿರುವುದರಿಂದ, ಮೊದಲಿನ ಮೂರು ಅರ್ಥಗಳು ಮಾತ್ರ ಸರಿ ಹೋಗುತ್ತವೆ. ಪ್ರಣವಾರ್ಥ ಹೇಳುವಾಗ, (ಪು. 30–32) **ಉ**-ಕಾರಕ್ಕೆ " ಏವ (ಅವಧಾರಣ)" ಎನ್ನುವ ಅರ್ಥವನ್ನು ಹೇಳಿಯಾಗಿದೆ. **ಪಾದ್ಮೋತ್ತರ ಸಂಹಿತೆಯಲ್ಲಿ**

ಅಕಾರೇಣೋಚ್ಯತೇ ವಿಷ್ಣುಃ ಸರ್ವಲೋಕೇಶ್ವರೋ ಹರಿಃ ।
ಉಕಾರೇಣೋಚ್ಯತೇ ಲಕ್ಷ್ಮೀಃ ಮಕಾರೋ ದಾಸವಾಚಕಃ

ಎಂದಿರುವುದರಿಂದ **ಉ**-ಕಾರಕ್ಕೆ ಶ್ರೀದೇವಿ ಎಂತಲೂ ಅರ್ಥವಿದೆ. ಆಗ ಪ್ರಣವದ ಅರ್ಥವು "**ಅಕಾರ–ಉಕಾರ–ಅರ್ಥಯೋಃ ಮಕಾರ ವಾಚ್ಯಃ ಜೀವಃ**"–ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಅಂದರೆ **ಚತುರ್ಮುಖ** ಬ್ರಹ್ಮನಿಂದ ಹಿಡಿದು ಹುಲ್ಲಿನ ಕಡ್ಡಿಯವರಿಗೂ ಇರುವ ಜೀವರಾಶಿಗಳು **ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನಿಗೆ** ದಾಸರು ಮತ್ತು ಶೇಷರು. ಹೀಗೆ ತಿಳಿದರೆ ಮಾತ್ರ, ಮುಂದಿನ, **ಛಂದಸಾಂ ಮಾತಾ, ಗಾಯತ್ರೀ, ಓಜೋಽಸಿ, ಸಹೋಽಸಿ ಬಲಮಸಿ, ಭ್ರಾಜೋಽಸಿ, ದೇವಾನಾಂ ಧಾಮ ನಾಮಾಸಿ, ವಿಶ್ವಮಸಿ, ವಿಶ್ವಾಯುಃ, ಸರ್ವಮಸಿ ಸರ್ವಾಯುಃ, ಅಭಿಭೂಃ ಓಂ**" ಎನ್ನುವ ಪದಗಳಿಗೆ ಮುಖ್ಯಾರ್ಥವು ಸಿಗುತ್ತದೆ. ಛಾಂದೋಗ್ಯೋಪನಿಷತ್ತಿನ **ಅಂತರಾದಿತ್ಯ ವಿದ್ಯಾದಲ್ಲಿ** ಈ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆದಿತ್ಯನಿಗೆ ಅಂತರ್ಯಾಮಿಯಾಗಿ ಯಜಮಾನನಾಗಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕೆಂದು ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ (ಛಾಂ, I 6, 6). ವಿಷ್ಣು ಸಹಸ್ರನಾಮ

ಗಳಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನ 39ನೇ ನಾಮ "ಆದಿತ್ಯಃ". ಇಲ್ಲಿ "ದಿತ್ಯಾದಿತ್ಯಪತ್ಯುತ್ತರ ಪದಾತ್ ಣ್ಯಃ (ಪಾ IV, 1 85)" ಎನ್ನುವ ವ್ಯಾಕರಣ ನಿಯಮದಿಂದ "ಆದಿತ್ಯೋ ನಿವಾಸಃ ಯಸ್ಯ ಸಃ ಆದಿತ್ಯಃ" ಎಂದು ಅರ್ಥವು ಬಂದು ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಅಂತರ್ಯಾಮಿ ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಪರಮಾತ್ಮನು ಈ ಪ್ರಸಿದ್ಧ ಆದಿತ್ಯನಲ್ಲಿ ಆದಿತ್ಯನಾಗಿರುವಾಗ, ಶ್ರೀದೇವಿಯು ಗಾಯತ್ರೀ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಅವನ ಪತ್ನಿಯಾಗಿರುವಳು. ನಿಗಮಾಂತದೇಶಿಕರು ಚತುಶ್ಲೋಕೀ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಲ್ಲಿ "**ಗಾಯತ್ರೀಂ ಕಲ್ಪನಾಂ ಲಕ್ಷ್ಮೀವಿಭೂತಿಭೂತಾಯಾಃ ಏವ ಗಾಯತ್ರ್ಯಾಖ್ಯಾಯಾಃ, ದೇವತಾಯಾಃ ಸಂಧ್ಯಾಭೇದೇನ ವೈಷ್ಣವ್ಯಾದಿ ಸಮಾಖ್ಯಾನುಗುಣ–ವಾಹನ–ರೂಪಾದಿ ಪರಿಗ್ರಹ ಶಕ್ತಿಃ**" ಎಂದಿರುವರು.

ಎರಡನೇ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ, ಬ್ರಹ್ಮಪದಕ್ಕೆ "ಸ್ತೋತ್ರ"ವೆಂದು ಹೇಳುವರು. ಆದರೆ "**ಇದಂ**" ಪದದೊಡನೆ ಅದು ಇರುವುದರಿಂದ, ಬ್ರಹ್ಮವೆಂದರೆ ವಿಶ್ವಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಬೆಳೆದು ನಿಂತಿರುವ ಜೀವಾತ್ಮಾ ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಜೀವನು ಅಣುಸ್ವರೂಪನೆಂದು ವೇದವು ಹೇಳುತ್ತಿದ್ದರೂ, ಅವನ ಸ್ವಭಾವವಾದ ಜ್ಞಾನವು **ವಿಭು**–ವಿಶ್ವಾಕಾರದಲ್ಲಿರುವ ತೇಜೋದ್ರವ್ಯವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಸ್ವಭಾವದಿಂದ ಜೀವನು ಬ್ರಹ್ಮವಾಗಬಲ್ಲನು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಶ್ರೀಕೃಷ್ಣನು ಗೀತೆಯ ಮೊದಲಿನ ಆರು ಅಧ್ಯಾಯಗಳಲ್ಲಿ ಅನೇಕೆಡೆ ಜೀವನನ್ನು "**ಬ್ರಹ್ಮ**" ಎಂದಿರುವನು. ಸಂಸಾರ ದೆಶೆಯಲ್ಲಿ ಜೀವನಿಗೆ ಈ ಬ್ರಹ್ಮತ್ವವಿಲ್ಲ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪವಾದ ಮೇಲೆ, ಭಾವವು ತುಂಬಿ ಬಂದು "ನಾನು ಬ್ರಹ್ಮ" ವಿಶ್ವಾಕಾರದಲ್ಲಿರುವವನು, ಎಂದು ತಿಳಿವು ಬರುತ್ತದೆ. ಈ ಭಾವವು ಬರುವುದು "ಅಹಂಗ್ರಹೋಪಾಸನೆ" ಎನ್ನುವ ಉಪಾಸನೆಯಲ್ಲಿ. ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಉಪಾಸನೆ ಅದು. ಇದರ ವಿಸ್ತಾರವನ್ನು ಬ್ರಹ್ಮಸೂತ್ರ ವ್ಯಾಖ್ಯಾನದಿಂದ ತಿಳಿಯಬೇಕು.

ಮೂರನೇ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ "**ಅಭಿಭೂಃ, ಓಂ**" ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಂಡರೆ ಮಿಕ್ಕವವೆಲ್ಲವೂ ಸುಲಭವಾಗಿ ಅರ್ಥವಾಗುತ್ತವೆ. "ಅಭಿತಃ ಭವತಿ – **ಅಭಿಭೂಃ**; ಮತ್ತು, "ಅಭಿಭವಂತಿ ಸರ್ವೇ ಪದಾರ್ಥಾಃ ಯಯಾ" ಎನ್ನುವ **ಎರಡು ವ್ಯುತ್ಪತ್ತಿ**ಯಿಂದ, ಸಕಲ ಚರಾಚರಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನೂ ಪರಮಾತ್ಮನಂತೆ ಸ್ವರೂಪತಃ ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುವವಳೂ, ತನ್ನೆದುರಿಗೆ ಅವು ಪ್ರಕಾಶಿಸದಂತೆ ಮಾಡುವವಳೂ **ಅಭಿಭೂಃ**. ಇವಳು ಪರಮಾತ್ಮನೊಡನೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಸೇರಿರುವುದರಿಂದ "**ಅಭಿಭೂಃ ಓಂ**". ಇವಳ ವಿಶೇಷ ಶಕ್ತಿಯೆಂದರೆ ತನ್ನಾಶ್ರಿತರ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಬಲಕೊಟ್ಟು ಅವರ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ಹೆಚ್ಚಿಸಿ, ಅದು ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ತಾಗಿ ನೋಡುವಂತೆ ಮಾಡುವುದು. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಅವಳು "**ಸಹಃ, ಬಲಂ, ಭ್ರಾಜಃ**" ಎನ್ನಿಸಿಕೊಂಡಿರುವಳು. ಅತ್ಯಂತ ವೇಗವುಳ್ಳ ವಸ್ತು ಮನಸ್ಸು ಎಂದು ಎಲ್ಲರೂ ಹೇಳುವರು. ಆದರೆ ಅದಕ್ಕಿಂತಲೂ ವೇಗವುಳ್ಳದ್ದು ಜ್ಞಾನ.

ಇದರ ಸಹವಾಸದಿಂದಲೇ ಮನಸ್ಸಿಗೆ ವೇಗವಿದೆ. ಇದು ಯೋಗಿಗಳು ಧ್ಯಾನ ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವ ಮಾತು–

ಅತ್ಯಂತ–ವೇಗಿತಾಽತ್ಯಂತ–ಸೌಕ್ಷ್ಮ್ಯ–ನಿರ್ಭರತಾ ತಥಾ ।
ಸ್ವಸತ್ತಾಕಾಲ–ಧೀವ್ಯಾಪ್ತಿಃ ಜ್ಞಾನೇ ಲಕ್ಷ್ಮ ಚತುಷ್ಟಯಂ ॥

"ಅತ್ಯಂತ ವೇಗ, ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾಗಿರುವುದು, ಭಾರವಿಲ್ಲದೆ ಇರುವುದು ಮತ್ತು ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳುವುದು–ಈ ನಾಲ್ಕೂ ಜ್ಞಾನದ ಲಕ್ಷಣ." ವೇಗವನ್ನು ಆಂಗ್ಲ ಭಾಷೆಯಲ್ಲಿ Velocity ಎನ್ನಲಾಗಿದೆ. ಮನಸ್ಸಿಗೆ ವೇಗವಿರುವುದು ಜ್ಞಾನದಿಂದಲೇ. ಈ ಜ್ಞಾನ ಅತಿ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಸ್ತು. ಸೂಕ್ಷ್ಮ. ವೆಂದರೆ ಕಣ್ಣಿಗೆ ಕಾಣಿಸದಂತೆ ಚಿಕ್ಕದಾಗಿರುವುದೆಂದರ್ಥವಲ್ಲ. ಮಣ್ಣು ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಧೂಳಾಗಿದೆ. ಮಣ್ಣಿನೊಳಗೆ ನೀರು ಹೋಗಲು ಶಕ್ತವಾಗಿರುವುದರಿಂದ, ಮಣ್ಣಿಗಿಂತ ನೀರು ಸೂಕ್ಷ್ಮ; ಅದಕ್ಕಿಂತ ವಾಯು ಅದಕ್ಕಿಂತ ಆಕಾಶ; ಅದಕ್ಕಿಂತ ಇಂದ್ರಿಯಗಳೂ ಅದಕ್ಕಿಂತ ಮನಸ್ಸು, ಅದಕ್ಕಿಂತ ಜ್ಞಾನ–ಹೀಗೆ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಹೀಗೆ ಅತ್ಯಂತ ಸೂಕ್ಷ್ಮವಾದ ಜ್ಞಾನದಿಂದ ಬಹುಭಾರವಾದ ಪದಾರ್ಥವನ್ನು ಹಿಡಿದರೂ, ಅದಕ್ಕೆ ಯಾವ ಶ್ರಮವೂ ಆಗುವುದಿಲ್ಲ. ಪದಾರ್ಥಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವಾಗ ಮಾತ್ರ ಇದು ತನ್ನನ್ನೂ ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ಮಿಕ್ಕವೇಳೆಯಲ್ಲಿ ಆತ್ಮದೊಡನೆ ಸೇರಿ ಇರುತ್ತದೆ. ಇದೇ ಜ್ಞಾನದ ಮಹತ್ವ. ಈ ಜ್ಞಾನವೂ ಅಚೇತನ ಪದಾರ್ಥ. ಆದರೆ ಪ್ರಕೃತಿಯು ಜಡ–ಅಚೇತನವಾದರೆ, ಇದು ಅಜಡ–ಅಚೇತನ. ಆದ್ದರಿಂದ ಇದಕ್ಕೆ ಪ್ರಕೃತಿ ಯಲ್ಲಿಲ್ಲದ, ವಿಷಯಗಳನ್ನು ತೋರಿಸುವಾಗ, ತನ್ನನ್ನೂ ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಶಕ್ತಿಯಿದೆ. ಇಂತಹ ಜ್ಞಾನಕ್ಕೆ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ನೋಡುವ ಶಕ್ತಿ ಕೊಡುವವಳು ಗಾಯತ್ರೀ ದೇವಿಯು ಶ್ರೀದೇವಿಯ ಅವತಾರ ಸ್ವರೂಪಳೆಂದು ವಿಷ್ಣುಪುರಾಣವು

ನಿತ್ಯೈವೇಷಾ ಜಗನ್ಮಾತಾ ವಿಷ್ಣೋಃ ಶ್ರೀಃ ಅನಪಾಯಿನೀ ।
ಯಥಾ ಸರ್ವಗತೋ ವಿಷ್ಣುಃ ತಥೈವೇಯಂ........

ಎಂದಿದೆ.

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮದಲ್ಲಿ "ಗಾಯತ್ರಿ" ಯು ಸೇರಿದೆ. ಅಲ್ಲಿ ಶ್ರೀದೇವಿಯನ್ನು ಭೂದೇವಿ ಯ ಒಡತಿಯಾಗಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕು. ಗಾಯತ್ರಿ ಜಪದಲ್ಲಿ ಇವಳು ಆದಿತ್ಯನೆನ್ನಿಸಿಕೊಂಡಿ ರುವ ಪರಮಾತ್ಮನ ಧರ್ಮಪತ್ನಿ. ಆದ್ದರಿಂದ ಅಲ್ಲಿ "**ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣ್ಯಂ** ಎಂದಿರುವು ದನ್ನು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪದಲ್ಲಿ "**ತತ್ಸವಿತುರ್ವರೇಣೀಯಂ**" ಎಂದು ಧ್ಯಾನಮಾಡಬೇಕು. ಭೂದೇವಿಯು ಪರಮಾತ್ಮನ ಪತ್ನಿಯಾಗಿದ್ದರೂ, ಅವಳು ಜೀವಾತ್ಮಗೋಷ್ಠಿಗೆ ಸೇರಿರು

ವುದರಿಂದ ಅವಳನ್ನು ಅವಾಹನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಂತ್ರವಿಲ್ಲ. ಶ್ರೀದೇವಿಯು ಪರಮಾತ್ಮ ಗೋಷ್ಠಿಗೆ ಸೇರಿರುವಳಾದ್ದರಿಂದ ಅವಳನ್ನು ಆವಾಹನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಂತ್ರವನ್ನು ವೇದವು ಕೊಟ್ಟಿದೆ. ಗಾಯತ್ರಿ ಜಪವಾದ ಮೇಲೆ ಆವಾಹಿತಳಾದ ಅವಳನ್ನು ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಬೇಕು.

IX ಗಾಯತ್ರೀ ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಂತ್ರ

ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ ದೇವಿ ! ಭೂಮ್ಯಾಂ ಪರ್ವತ-ಮೂರ್ಧನಿ । ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯೋ ಹ್ಯನುಜ್ಞಾನಂ ಗಚ್ಛ ದೇವಿ ! ಯಥಾಸುಖಂ ।

" ಹೇ ದೇವಿ ! ದೇವಿ ! **ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ**-ಅತ್ಯುತ್ತಮ ಶಿಖರವಾದ ಆತ್ಮಾವಲೋಕನದಲ್ಲಿ, **ಭೂಮ್ಯಾಂ**-ಉಪಾಸನೆ ಮಾಡಲು ಯೋಗ್ಯವಾದ ಭೂಭಾಗದಲ್ಲಿ, ಮತ್ತು, **ಪರ್ವತಮೂರ್ಧನಿ**-ಪರ್ವತ ಶಿಖರದ ಮೇಲೆ, ತಪಸ್ಸು ಮಾಡುವ, **ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ**-ಬ್ರಹ್ಮವಸ್ತುವನ್ನು ಹೊಂದಲು ಜ್ಞಾನಮಾರ್ಗದಲ್ಲಿ ನಿಂತಿರುವವರಿಗೆ, **ಜ್ಞಾನಂ** ಜ್ಞಾನವನ್ನು, **ಅನುಗಚ್ಛ**-ಅನುಗ್ರಹಮಾಡು. ಹಾಗೆಮಾಡಿ, **ಯಥಾಸುಖಂ**-ನಿನಗೆ ಇಷ್ಟಬಂದಂತೆ, **ಗಚ್ಛ**-ಹೋಗು. "

ಒಂದು ಇಷ್ಟವಾದ ವಸ್ತುವನ್ನು ಧ್ಯಾನಮಾಡುತ್ತಿದ್ದರೆ ಅದರಲ್ಲಿ ಆಸೆಯು ಜಾಸ್ತಿಯಾಗುತ್ತದೆ. ಗಾಯತ್ರಿದೇವಿಯನ್ನು ಜಪ ಮತ್ತು ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದ್ದರಿಂದ ಅವಳಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾದ ಭಕ್ತಿ ಬಂದು " **ದೇವಿ ! ದೇವಿ !** ಎಂದು ಆದರಾತಿಶಯದಿಂದ ವೇದವು ಅವಳನ್ನು ಸಂಬೋಧಿಸಿದೆ. **ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ**-ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಮೇರು ಪರ್ವತವೆಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿ, " ಆ ಮೇರು ಪರ್ವತಕ್ಕೆ, ಭೂಮಿಯ ಯಾವ ಪ್ರದೇಶಕ್ಕಾದರೂ, ಪರ್ವತಕ್ಕಾದರೂ ನೀನು ಹೋಗು " ಎಂದು ಕೆಲವರು ಸ್ಥೂಲವಾಗಿ ಅರ್ಥಮಾಡುವರು. ಆಗ **ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ** ಎನ್ನುವುದನ್ನು ಪಂಚಮೀ ವಿಭಕ್ತಿಯಲ್ಲೇ ಅರ್ಥಮಾಡಬೇಕಾಗಿ ಬರುತ್ತದೆ. **ಅನುಜ್ಞಾನಂ** ಎನ್ನುವುದಕ್ಕೆ ಅವರೇ " ಅನುಜ್ಞೆಯನ್ನು " ಎಂದು ಅರ್ಥಮಾಡಿ, " ಕೊಟ್ಟು " ಎಂದು ಅಧ್ಯಾಹಾರ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವರು. ವೇದದಲ್ಲಿ, ಅನು, ಪ್ರ ಇತ್ಯಾದಿ ಉಪಸರ್ಗಗಳು ವಿಶೇಷಾರ್ಥ ಕೊಡುವಂತಿರುವಾಗ ಕ್ರಿಯಾಪದದೊಡನೆ ಇಲ್ಲದೆ ಬೇರೆಯಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಇಲ್ಲಿಯೂ ಹಾಗೆಯೇ ಇದೆ. **ಅನು** ಎನ್ನುವುದನ್ನು " **ಗಚ್ಛ** " ಎನ್ನುವುದರೊಡನೆ ಸೇರಿಸಿ " ಬ್ರಾಹ್ಮಣೇಭ್ಯಃ (ಚತುರ್ಥೀ ವಿಭಕ್ತಿ) ಅನುಗಚ್ಛ " ಎಂದು ಒಂದಾವರ್ತಿ ಹೇಳಿ, " ಯಥಾಸುಖಂ ಗಚ್ಛ " ಎಂದು ಎರಡನೇ ಆವರ್ತಿ ಕ್ರಿಯಾಪದವನ್ನು ತೆಗೆದು ಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವುದು ವೇದದ ಹೃದಯ. ವೇದಾಂತಾರ್ಥವೂ ಸಂಗತವಾಗುತ್ತದೆ.

ಹೀಗೆ ಗಾಯತ್ರೀ ದೇವಿಯನ್ನು ವಿಸರ್ಜನೆ ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ ಬೆಳಗ್ಗೆ " **ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಚರ್ಷಣೀ ಧೃತಃ** " ಎಂದೂ, ಮಧ್ಯಾಹ್ನ " **ಆಸತ್ಯೇನ ರಜಸಾ** " ಎಂದೂ, ಸಾಯಂ ಕಾಲದಲ್ಲಿ " **ಇಮಂ ಮೇ ವರುಣ** " ಎಂದು ಹೇಳಿ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

X a. ಪ್ರಾತರುಪಸ್ಥಾನ ಮಂತ್ರ

1.ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಚರ್ಷಣೀಧೃತಃ ಶ್ರವೋ ದೇವಸ್ಯ ಸಾನಸಿಂ ಸತ್ಯಂ ಚಿತ್ರಶ್ರವಸ್ತಮಂ 2. ಮಿತ್ರೋ ಜನಾನ್ ಯಾತಯತಿ ಪ್ರಜಾನನ್; 3,ಮಿತ್ರೋ ದಾಧಾರ ಪೃಥಿವೀಂ ಉತ ದ್ಯಾಂ 4. ಮಿತ್ರಃ ಕೃಷ್ಟೀಃ ಅನಿಮಿಷಾಭಿಚಷ್ಟೇ; 5. ಸತ್ಯಾಯ ಹವ್ಯಂ ಘೃತವತ್ ವಿಧೇಮ; 6. ಪ್ರ ಸ ಮಿತ್ರ ಮರ್ತ್ಯೋ ಅಸ್ತು ಪ್ರಯಸ್ವಾನ್ ಯ ಸ್ತ ಆದಿತ್ಯ ಶಿಕ್ಷತಿ ವ್ರತೇನ; 7. ನ ಹನ್ಯತೇ ನ ಜೀಯತೇ ತ್ವೋತೋ; 8. ನೈನಂ ಅಗ್ಂಹೋ ಅಶ್ನೋತ್ಯಂತಿತೋ ನ ದೂರಾತ್ ॥

1. **ಮಿತ್ರಸ್ಯ**– " ಮಿತ್ರ ಸ್ಸುಜ್ಞಾತ ಚಾರಿತ್ರಃ " ಎಂದು ಸ್ಮೃತಿಯು ಹೇಳುತ್ತಿರುವಂತೆ, ಯೋಗದಲ್ಲಿ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಅರಿಯಲ್ಪಟ್ಟ ಚರಿತ್ರೆ, ಅಂದರೆ ಕೀರ್ತಿಯುಳ್ಳವನೂ, **ಚರ್ಷಣೀ ಧೃತಃ**–ಜ್ಞಾನದಲ್ಲಿ ಧರಿಸಲ್ಪಟ್ಟವನೂ ಅಂದರೆ ಯೋಗ ಅರ್ಥಾತ್ ಧ್ಯಾನದಲ್ಲಿ ಪ್ರತ್ಯಕ್ಷನಾಗಿ ನೋಡಲ್ಪಟ್ಟವನೂ, **ದೇವಸ್ಯ**–ನಮ್ಮೊಡನೆ ಆಡುತ್ತಾ, ಬೆಳಗುತ್ತಿರುವವನೂ (ದೇವ ಶಬ್ದದ ವ್ಯುತ್ಪತ್ತಿಗೆ ಪು 36ನೋಡಿ) ಆದ ಪರಮಾತ್ಮನ, **ಶ್ರವಃ**–ಕೀರ್ತಿಯು, **ಸಾನಸಿಂ**–ಯಾವಾಗಲೂ ಸೇವಿಸಿಯ ತ್ತಿರೋಣವೇ ಎನ್ನುವಂತಿದೆ; **ಸತ್ಯಂ**–ಯಾವ ಕಾಲಕ್ಕೂ ಅಳಿಯದಂತಿದೆ; ಚಿತ್ರಶ್ರವಸ್ತಮಂ–ವಿಜಾತೀಯವಾಗಿರುವುದರಿಂದ–ಕೇಳುವವುಗಳಲ್ಲಿ–ಅತ್ಯುತ್ತಮವಾಗಿದೆ; 2.ಅಂತಹ, **ಮಿತ್ರಃ**– ಮಹಿಮೆಯುಳ್ಳ ದೇವನು, **ಜನಾನ್**–ಜನರನ್ನು, ಪ್ರಜಾನನ್–(ಮೋಕ್ಷಕ್ಕೆ ಅಧಿಕಾರವನ್ನು ಹೊಂದುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಇವರು ಹುಟ್ಟಿರುವರು ಎಂದು) ಚೆನ್ನಾಗಿ ತಿಳಿದವನಾಗಿ (ಪ್ರ–ಪ್ರಕರ್ಷೇಣ, ಜಾನನ್) **ಯಾತಯತಿ**–ಅವರವರ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ನಡೆಯಿಸುತ್ತಾನೆ; 3. ಅದಕ್ಕಾಗಿಯೇ **ಪೃಥಿವೀಂ ಉತ ದ್ಯಾಂ**–ಪೃಥ್ವಿಯನ್ನೂ ಮತ್ತು ದೇವಲೋಕವನ್ನೂ, **ಮಿತ್ರಃ**– ಮಹಿಮಾಶಾಲಿಯಾಗಿ, **ದಾಧಾರ**–ಧರಿಸಿದನು; 4. **ಮಿತ್ರಃ**–ಆ ಮಹಿಮಾವಂತನೇ, **ಕೃಷ್ಟೀಃ**–ಹೀಗೆ ಕೃಷಿಮಾಡಲ್ಪಟ್ಟ ತನ್ನ ಆಶ್ರಿತರನ್ನು, **ಅನಿಮಿಷಾ**–ಕಣ್ಣುರೆಪ್ಪೆಮುಚ್ಚದೆ ಜಾಗರೂಕನಾಗಿ, **ಅಭಿಚಷ್ಟೇ**–ಪ್ರಕಾಶಿಸುವಂತೆ ಮಾಡುತ್ತಾನೆ; 5. **ಸತ್ಯಾಯ**–ಅಂತಹ ಸತ್ಯಸ್ವರೂಪನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗಾಗಿ, **ಹವ್ಯಂ**–ಹವಿಸ್ಸಿನಂತಿರುವ ನಮ್ಮನ್ನು, **ಘೃತವತ್**–ತುಪ್ಪದಂತೆ, **ವಿಧೇಮ**– ಮಾಡುತ್ತೇವೆ; 6. ಹೀಗೆ ನಮ್ಮ ಭಾವನಾ ಪ್ರಪಂಚವನ್ನು ಬಿಚ್ಚಿ, ಈಗ ಆ ದೇವನನ್ನು ಸಾಕ್ಷಾತ್ತಾಗಿ ಹೇಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನು ಮುಂದಿನ

ಮಂತ್ರಗಳು ತಿಳಿಸುತ್ತವೆ–**ಹೇ ಮಿತ್ರ**-ಹೇ ನಮ್ಮ ಆಪದ್ಬಂಧುವೇ, **ಆದಿತ್ಯ**–ನಮ್ಮನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಎಳೆದು ಇಟ್ಟುಕೊಳ್ಳುವವನೇ! (ಆದತ್ತೇ–ಆದಿತ್ಯಃ), **ಯಃ ಮರ್ತಃ**–ಯಾವ ಮನುಷ್ಯನು, **ತೇ**–ನಿನಗಾಗಿ ಅಂದರೆ ನಿನ್ನನ್ನು ಹೊಂದುವುದಕ್ಕಾಗಿ, **ವ್ರತೇನ**–ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪ ಮತ್ತು ಅದಾದ ಮೇಲೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪವೆನ್ನುವ ವ್ರತದಿಂದ, **ಪ್ರಯಸ್ವಾನ್**–ಜ್ಞಾನ ಸಂಪನ್ನನಾಗಲು, **ಶಿಕ್ಷತಿ**–ತನ್ನನ್ನು ನಿಯಮಿಸಿಕೊಳ್ಳುವನೋ, ಸಃ–ಅವನು, **ಪ್ರ**–ಅಸ್ತು–ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರಕೃಷ್ಟನಾಗಿ ಅಂದರೆ ಜ್ಞಾನ ಸಂಪನ್ನನಾಗಿ ಆಗಲಿ ; 7. **ತ್ವೋತಃ** (ತ್ವತ್ತ್ರಃ) ನಿನ್ನಿಂದ ಅಂತಹವನು, **ನ ಹನ್ಯತೇ**- ಕೊಲ್ಲಲ್ಪಡುವುದಿಲ್ಲ ಅಂದರೆ ಆತ್ಮನಾಶ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವುದಿಲ್ಲ, " ಶರೀರವೇ ಆತ್ಮಾ " ಎನ್ನುವ ಭಾವವನ್ನು ತಾಳುವುದಿಲ್ಲ ; **ನ ಜೀಯತೇ**–ಜಯಿಸಲ್ಪಡುವುದಿಲ್ಲ ಅಂದರೆ ಇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೂ ಮತ್ತು ಮನಸ್ಸಿಗೂ ಅಧೀನನಾಗುವುದಿಲ್ಲ ; 8. **ಏನಂ**-ಇವನನ್ನು **ಅಗ್ಂಹಃ** (ಅಂಹಃ) ಯಾವ ಪಾಪವೂ **ನ ಅಶ್ನೋತಿ**–ತಿನ್ನುವುದಿಲ್ಲ; **ನ ಅಂತಿತಃ**–ಈಗಿನ ಪಾಪವೂ, ಅಂದರೆ ನಾವು ಅನುಭವಿಸುತ್ತಿರುವ ಪ್ರಾರಬ್ಧ ಕರ್ಮವೂ ಪೀಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ. **ನ ದೂರಾತ್**-ದೂರದಲ್ಲಿರುವ ಸಂಚಿತ ಮತ್ತು ಆಗಾಮಿ ಕರ್ಮವೂ ಪೀಡಿಸುವುದಿಲ್ಲ.

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ–ಇವೆರಡರಿಂದ ಅಂತರಾತ್ಮನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ರಕ್ಷಕದೈವಗಳಾದ ಭೂದೇವಿ ಮತ್ತು ಶ್ರೀ ದೇವಿಯೊಡನೆ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ, ಹೊರಗೆ ಆದಿತ್ಯಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಆ ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ತೇಜಸ್ಸನ್ನು ಕೊಡುತ್ತಿರುವ ಅವನ ಅಂತರಾತ್ಮನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾವಂದನದಲ್ಲಿ ಚಿಂತಿಸಿ ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಂತ್ರ ಇದು. ತೈತ್ತರೀಯ ಉಪನಿಷತ್ತು "ಸಯ**ಶ್ಚಾಯಂ ಪುರುಷೇ ಯಶ್ಚಾಸಾವಾದಿತ್ಯೇ** ಸ **ಏಕಃ; ಸ** ಯ **ಏವಂ ವಿತ್ ಅಸ್ಮಾಲ್ಲೋಕಾತ್ ಪ್ರೇತ್ಯ...**" ಎಂದು ಸಾರುತ್ತಿರುವಂತೆ, ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯು ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ. " **ಸಃ ಯಃ ಚ ಅಯಂ ಪುರುಷೇ**–ಯಾವನು ಪುರುಷನಾದ ನನ್ನಲ್ಲಿ ಅಂತರಾತ್ಮಾವಾಗಿರುವನೋ, **ಯಃ ಚ ಅಸೌ ಆದಿತ್ಯೇ**–ಹೊರಗೆ ಆದಿತ್ಯ ಅಂದರೆ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಇರುವನೋ, **ಸ ಏಕಃ**–ಅವನು ಒಬ್ಬನೇ ; **ಏವಂ ವಿತ್ ಯಃ ಸಃ**–ಹೀಗೆ ಯಾವನು ತಿಳಿಯುವವನೊ ಅವನು, **ಅಸ್ಮಾತ್ ಲೋಕಾತ್ ಪ್ರೇತ್ಯ**–ಈ ಪ್ರಕೃತಿ ಮಂಡಲವನ್ನು ಬಿಟ್ಟು (ಕ್ರಮೇಣ ಮುಕ್ತಿ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಹೋಗುತ್ತಾನೆ)." ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀಜಪ–ಇವೆರಡೂ ಅಂತರಾತ್ಮನ ಧ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ, " **ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಚರ್ಷಣೀ ಧೃತಃ** " ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರ, ಸೂರ್ಯ ಮಂಡಲದಲ್ಲಿರುವವನೂ ಅವನೇ ಎನ್ನುವುದನ್ನು ದೃಢಪಡಿಸಿ, ಅವನ ಧ್ಯಾನಕ್ಕಾಗಿ ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ.

ಮಂತ್ರವನ್ನು ಏಳು ವಾಕ್ಯಗಳಲ್ಲಿ ಅರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. 1. ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದಲ್ಲಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮನ ಕೀರ್ತಿಯು ಆಸ್ವಾದ್ಯವಾದುದು. " **ಸಾನಸಿಂ** " ಎನ್ನುವ ಪದ

ದಲ್ಲಿ "ಸಾ–ನ–ಸಿಂ" ಎನ್ನುವ ಮೂರು ಪದಗಳಿವೆ. ವಿಷ್ಣು ಸಹಸ್ರನಾಮದಲ್ಲಿ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ "**ಸಃ**" ಎನ್ನುವುದು **732** ನೇ ನಾಮ. "ಸ್ಯತಿ–ನಿಶ್ಚಯೀಕರೋತಿ" ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ ಈ "ಸಃ" ಪದವು ಬಂದಿವೆ. ಈ ನಾಮದಿಂದ ಅರ್ಚನೆ ಮಾಡುವಾಗ "**ಸಾಯ ನಮಃ**" ಎಂದು ಹೇಳಬೇಕು. "**ನ**" ಎನ್ನುವುದು ಅವ್ಯಯ; ಇಲ್ಲ–ಎನ್ನುವುದು ಆದರ ಅರ್ಥ. "ಸಿಂ" ಎನ್ನುವುದು "**ಸಯತಿ**" ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ ಬಂದಿವೆ. ಆದ್ದರಿಂದ "ಸಾ-ನ-ಸಿಂ" ಎಂದರೆ ತನ್ನ ವಿಷಯವಾದ ನಿಶ್ಚಯ ಜ್ಞಾನವನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ನಮ್ಮ ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ಯಾವತ್ತಿಗೂ ಅಳಿಯದಂತಿರುವ ಕೀರ್ತಿ ಪರಮಾತ್ಮನದು–ಎಂದಾಗುತ್ತದೆ. ಆದ್ದರಿಂದಲೆ ಅದು "**ಚಿತ್ರ ಶ್ರವಃ–ತಮಂ**" ಆಗಿದೆ. **2.** ಈ ದೇವ ಜೀವನಿಗೆ ಜನ್ಮ ಕೊಟ್ಟಿರುವುದು, ಅದು ಬುದ್ಧಿಯನ್ನು ಬೆಳೆಯಿಸಿಕೊಂಡು ತನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಬರಲಿ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗಿ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಅವರವರ ಕರ್ಮಾನುಸಾರವಾಗಿ ಜನ್ಮಕೊಟ್ಟರೂ, ಪ್ರತಿಯೊಂದು ಜನ್ಮದಲ್ಲೂ ಬುದ್ಧಿ ಕಲಿಯಲು ಅವಕಾಶವಿದೆ. ಹಾಗೆ ಅವನು, ಯಾತಯತಿ. **3.** ಈ ಅವಕಾಶವನ್ನು ಜೀವನಿಗೆ ಕೊಡುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ, ದ್ಯಾವಾ–ಪೃಥಿವೀ ಎನ್ನುವುದರಲ್ಲಿ ಅಡಗಿರುವ **14** ಲೋಕಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಸಿ ಅವುಗಳಲ್ಲಿ ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯಂತೆ ಕಲೆತು ಅವುಗಳನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡುವಾಗಲೇ ಧರಿಸಿದನು. **4.** ತನ್ನ ಆಶ್ರಿತರ ವಿಷಯದಲ್ಲಂತೂ ವಿಶೇಷ ದೃಷ್ಟಿಯಿಟ್ಟಿರುವನು. **5.** ಅಂತಹವನಲ್ಲಿ ನಾವು ಶರಣುಹೋಗಬೇಕು. ಹೋಮ ದ್ರವ್ಯಗಳಲ್ಲಿ, ಹಾಲು, ಮೊಸರು, ಪುರೋಡಾಶ, ಆಮಿಷಾ, ತುಪ್ಪ ಮೊದಲಾದುವು ಬೇರೆಬೇರೆ ಪ್ರಯೋಜನಕ್ಕಾಗಿ ಇವೆ. ನಮಗೆ ತೇಜಸ್ಸು ಬರಬೇಕಾದರೆ ಹೋಮ ದ್ರವ್ಯ ತುಪ್ಪ. ಅದರಂತೆ ನಾವು ಪರಮಾತ್ಮನೆನ್ನುವ ಅಗ್ನಿಯಲ್ಲಿ ಹೋಮ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಇದೇ ಶರಣಾಗತಿ. ಮುಂದಿನ ಮೂರು ಮಂತ್ರಗಳು ಅಂದರೆ **6. 7.** ಮತ್ತು **8.** ಪ್ರಾರ್ಥನಾ ಮಂತ್ರಗಳು. ಈ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಚಿಂತಿಸಿದಷ್ಟೂ ಆದರಲ್ಲಿ ವಿಶೇಷಾರ್ಥವಿದೆ.

X b. ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ ಉಪಸ್ಥಾನ ಮಂತ್ರ

1. ಆ ಸತ್ಯೇನ ರಜಸಾ ವರ್ತಮಾನಃ ನಿವೇಶಯ೯ ಅಮೃತಂ ಮರ್ತ್ಯಂ ಚ ಹಿರಣ್ಯಯೇನ ಸವಿತಾ ರಥೇನ ಆದೇವೋ ಯಾತಿ ಭುವನಾ ವಿಪಶ್ಯ೯; **2.** ಉತ್–ವಯಂ ತಮಸಃ ಪರಿ ಪಶ್ಯಂತೋ ಜ್ಯೋತಿಃ ಉತ್ತರಂ ದೇವಂ ದೇವತ್ರಾ ಸೂರ್ಯಂ ಅಗನ್ಮ ಜ್ಯೋತಿಃ ಉತ್ತಮಂ. **3.** ಉದುತ್ಯಂ (ಉತ್+ಉ+ತ್ಯಂ) ಜಾತವೇದಸಂ ।ದೇವಂ ವಹಂತಿ ಕೇತವಃ ದೃಶೇ ವಿಶ್ವಾಯ ಸೂರ್ಯಂ; **4.** ಚಿತ್ರಂ ದೇವಾನಾಂ ಉದಗಾದನೀಕಂ (ಉತ್+ಅಗಾತ್+ಅನೀಕಂ) ಚಕ್ಷುಃ ಮಿತ್ರಸ್ಯ ವರುಣಸ್ಯ ಅಗ್ನೇಃ ಆಪ್ರಾ [ಆ+ಅಪ್ರಾಃ] ದ್ಯಾವಾಪೃಥಿವೀ ಅಂತರಿಕ್ಷಗ್ಂ ಸೂರ್ಯಃ; ಆತ್ಮಾ ಜಗತಃ ತಸ್ಥುಷಃ ಚ; **5.** ತಚ್ಚಕ್ಷುಃ ದೇವಹಿತಂ ಪುರಸ್ತಾತ್

ಶುಕ್ರಂ ಉಚ್ಚರತ್-ಪಶ್ಯೇಮ ಶರದಃ ಶತಂ ; ಜೀವೇಮ ಶರದಃ ಶತಂ ; ನನ್ದಾಮ ಶರದಃ ಶತಂ ; ಮೋದಾಮ ಶರದಃ ಶತಂ ; ಭವಾಮ ಶರದಃ ಶತಂ ; ಶೃಣವಾಮ ಶರದಃ ಶತಂ ; ಪ್ರಬ್ರವಾಮ ಶರದಃ ಶತಂ ; ಅಜೀತಾಃ ಸ್ಯಾಮ ಶರದಃ ಶತಂ ; ಜ್ಯೋಕ್ ಚ ಸೂರ್ಯಂ ದೃಶೇ-

6. ಯ ಉದಗಾತ್ ಮಹತೋಽರ್ಣವಾತ್ ವಿಭ್ರಾಜಮಾನಃ ಸರಿರಸ್ಯ ಮಧ್ಯಾತ್ ಸ ಮಾ ವೃಷಭಃ ಲೋಹಿತಾಕ್ಷಃ ಸೂರ್ಯೋ ವಿಪಶ್ಚಿತ್ ಮನಸಾ ಪುನಾತು. ||

1. **ಸತ್ಯೇನ**–ಜೀವನಿಂದಲೂ, **ರಜಸಾ**–ಕ್ರಿಯಾ ಉನ್ಮುಖವಾಗಿರುವ ತಮುಸ್ಸಿನಿಂದಲೂ, **ಆ–ವರ್ತಮಾನಃ**–ಕೂಡಿ ಇರುವವನಾಗಿ, **ಅಮೃತಂ ಮರ್ತ್ಯಂಚ**–ಶಾಶ್ವತವಾದ ಮೋಕ್ಷವನ್ನೂ ನಶ್ವರವಾದ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಸುಖವನ್ನೂ, **ನಿವೇಶಯರ್ನ**–ಕೊಡುವವನಾಗಿ, **ಹಿರಣ್ಯಯೇನ**–ಪ್ರಕಾಸಮಾನವಾದ, **ಸವಿತಾ**–ನಮ್ಮ ಆತ್ಮಸ್ವರೂಪವನ್ನು ಮತ್ತೆ ಹುಟ್ಟಿತೋ ಎಂದು ಪ್ರಕೃತೆಯಿಂದ ಬಿಚ್ಚಿ ತೋರಿಸುವ, **ರಥೇನ**–ರಥದಂತೆ ಮುಂದಿನ ದಾರಿಯಲ್ಲಿ ಸಾಗಿಸುವ ಪ್ರಣವದಿಂದ, **ದೇವಃ**–ಲೀಲಾಪರನಾದ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಜ್ಯೋತಿಸ್ಸಾದ ಪರಮಾತ್ಮನು, **ಭುವನಾ**–ಸಕಲ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು, **ವಿಪಶ್ಯರ್**–ಅವರವರ ಯೋಗ್ಯತಾನುಸಾರವಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಾ, **ಆ–ಯಾತಿ**–ನಾಲ್ಕು ಕಡೆಯಿಂದಲೂ ಬರುತ್ತಾನೆ.

2. **ವಯಂ**–ನಾವು,**ತಮಸಃ ಪರಿ**–ತಮೋಲೋಕಕ್ಕಿಂತಲೂ ಮೇಲೆ, **ಉತ್-ಪಶ್ಯಂತಃ**–ಮೇಲು ದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡುವವರಾಗಿ, **ಜ್ಯೋತಿಃ ಉತ್–ತರಂ**–ಜ್ಯೋತಿಸ್ಸಾಗಿಯೂ, ಉತ್ಕೃಷ್ಟನಾಗಿಯೂ, **ದೇವಂ**–ದೇವನಾಗಿಯೂ, **ದೇವತ್ರಾ**–ಬ್ರಹ್ಮಾದಿ ಸಕಲ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಕಾಪಾಡುವವನಾಗಿಯೂ ಇರುವ, **ಸೂರ್ಯಂ**–ಎಲ್ಲರನ್ನೂ ಚೆನ್ನಾಗಿ ಪ್ರೇರಿಸುವವನನ್ನು, **ಅಗನ್ಮ**–ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ. (ಇವನೇ) **ಜ್ಯೋತಿಃ ಉತ್ತಮಂ**–ತನಗೆ ಸಮನೂ ಅಧಿಕನೂ ಇಲ್ಲದ ತೇಜಸ್ಸಾದವನು;

3. **ಉತ್–ಉ–ತ್ಯಂ**–ಅಕ್ಷರಲೋಕಕ್ಕೂ ಮೇಲೆಯೇ ಇರುವ ಪ್ರಕೃತಿಯ ಮೂಲರೂಪವಾಗಿ" ತ್ಯ" ಎಂದು ವೇದವು ಹೇಳುತ್ತಿರುವ ಅವ್ಯಾಕೃತವಾದ ತಮೋಲೋಕವುಳ್ಳವನಾಗಿ, **ಜಾತವೇದಸಂ**–ಜನ್ಮ ತಾಳುವ ಸಕಲ ಪ್ರಾಣಿಗಳನ್ನು ಅವುಗಳ ಆಗು ಹೋಗುಗಳನ್ನು ತಿಳಿದು ಜಾತವೇದಾಃ ಎಂದು ಕರೆಯಲ್ಪಡುವವನಾಗಿ, **ದೇವಂ**–ದೇವನಾಗಿ , **ಸೂರ್ಯಂ**–ತನ್ನ ಸಂಕಲ್ಪದಂತೆ ಕೈಂಕರ್ಯ ಮಾಡಲು ತನ್ನ ದಾಸನಾದವನನ್ನು ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವವನೂ ಆದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು, **ಕೇತವಃ**–ಜಾವುಟದಂತೆ ಅವನ

ಕೀರ್ತಿಯನ್ನು ಬೆಳಗುವ, ಜ್ಞಾನ–ಬಲ–ಐಶ್ವರ್ಯ–ವೀರ್ಯ–ಶಕ್ತಿ–ತೇಜಸ್ಸೆನ್ನುವ ಆರು ಗುಣಗಳು, **ವಿಶ್ವಾಯ ದೃಶೇ**–ತನ್ನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವ ಎಲ್ಲರ ದರ್ಶನಕ್ಕಾಗಿ, **ವಹಂತಿ**–ಪ್ರಕಾಶಕ್ಕೆ ಬರುತ್ತವೆ ;

4. **ದೇವಾನಾಂ ಅನೀಕಂ**–ದೇವತೆಗಳ ಸೈನ್ಯವು (ಅವನ ಸೇವೆಗಾಗಿ) **ಚಿತ್ರಂ**–ನಾನಾರೀತಿಯಲ್ಲಿ, **ಉದಗಾತ್**–ಉತ್ಪನ್ನವಾದವು; (ಆ ದೇವತೆಗಳಲ್ಲಿ ಪ್ರಧಾನರಾದ) **ಮಿತ್ರಸ್ಯ ವರುಣಸ್ಯ ಅಗ್ನೇಃ**–ಸೂರ್ಯ, ವರುಣ ಮತ್ತು ಅಗ್ನಿ(ಮೊದಲಾದ) ದೇವತೆಗಳಿಗೆ **ಚಕ್ಷುಃ**–ಕಣ್ಣಾಗಿರುವನು; ಮತ್ತು **ದ್ಯಾವಾ ಪೃಥಿವೀ ಅಂತರಿಕ್ಷಂ**–ಭೂಮಿ, ಅಂತರಿಕ್ಷ ಮತ್ತು ದೇವಲೋಕವೆನ್ನುವ ವಿಭಾಗಕ್ಕೆ ಒಳಗಾದ ವಿಶ್ವವನ್ನು, **ಆ+ಅಪ್ರಾಃ** (ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯಂತೆ) ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುವನು; (ಇವನು) **ಜಗತಃ ತಸ್ಥುಷಃ ಚ**–ಜಂಗಮಸ್ಥಾವರ ಪ್ರಾಣಿಗಳ, **ಆತ್ಮಾ**–ಆತ್ಮನಾಗಿ ಶೇಷಿಯಾಗಿರುವನು;

೫. **ತತ್**–ಹೀಗೆ ಪ್ರಸಿದ್ಧನಾಗಿ, **ಚಕ್ಷುಃ**–ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಜ್ಞಾನ ಕೊಡುವ ಕಣ್ಣಾಗಿ, **ದೇವಹಿತಂ**–ಸಕಲೇಂದ್ರಿಯಗಳಿಗೂ ದೇವತೆಗಳಿಗೂ ಹಿತವಾಗಿ, **ಪುರಸ್ತಾತ್ ಉಚ್ಚರತ್**–ಎದುರಿಗೆ ಶುದ್ಧ ಮತ್ತು ಸ್ವಯಂ ಜ್ಯೋತಿಸ್ಸಾಗಿ ಮೇಲು ಮೇಲೆ ಕಾಣುತ್ತಿರುವವನನ್ನು—

ಶರದಃ ಶತಂ–ನೂರು ವರ್ಷ ಕಾಲ ಅಂದರೆ ಅನೇಕ ವರ್ಷ (ಇದನ್ನು 8 ಆವರ್ತಿ ಸೇರಿಸಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು) i **ಪಶ್ಯೇಮ**–ನೋಡುವೆವು, ii **ಜೀವೇಮ**–ನೋಡಿ ನೋಡಿ ಜೀವಿಸುವೆವು, iii **ನನ್ದಾಮ**–ಸಂತೋಷಪಡುವೆವು, iv **ಮೋದಾಮ**–ಆನಂದ ಪಡುವೆವು, v **ಭವಾಮ**–ಮೇಲು ಮೇಲೆ ವೃದ್ಧಿ ಹೊಂದುವೆವು vi **ಶೃಣುವಾಮ**–ಆ ಭಗವಂತನ ದಿವ್ಯ ಜನ್ಮ ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಕೇಳುವೆವು, vii **ಪ್ರಬ್ರವಾಮ** ಅವುಗಳನ್ನೇ ಆಲಾಪಿಸುತ್ತಿರುವೆವು, ಹಾಗೆ ಇದ್ದು viii **ಅಜೀತಾಃ ಸ್ಯಾಮ**–ಯಾವ ಪ್ರಾಕೃತಿಕ ಚೋದನೆಯಿಂದಲೂ ಜಯಿಸಲಾಗದವರಾಗುವೆವು–**ಜ್ಯೋಕ್ ಚ**–ಪ್ರಕಾಶಮಾನರಾಗಿಯೂ ಇದ್ದು, **ಸೂರ್ಯಂ ದೃಶೇ**–ನಮ್ಮ ಪ್ರೇರಕನಾದ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲಾಂತರ್ವರ್ತಿಯಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ನೋಡುವೆವು.

6. **ಯಃ**–ಯಾವ ಪರಮಾತ್ಮನು, **ಮಹತಃ ಅರ್ಣವಾತ್**–ಮಹಾ ಸಮುದ್ರದಂತಿರುವ ಈ ಅಚೇತನವೆನ್ನುವ ಪ್ರಪಂಚದಿಂದ, **ಸರಿರಸ್ಯ ಮಧ್ಯಾತ್ ವಿಭ್ರಾಜಮಾನಃ**–ನೀರಿನಂತೆ ಪ್ರವಹಿಸುತ್ತಿರುವ ಜ್ಞಾನವುಳ್ಳ ಜೀವಕೋಟಿಯ ಮಧ್ಯದಿಂದ, **ವೃಷಭಃ**–ಗೂಳಿಯಂತೆ ಅಚೇತನರ ದೋಷಗಳಿಗೆ ವಶವಾಗದವನಾಗಿರುವನೋ, **ಲೋಹಿತಾಕ್ಷಃ**–

ಆ ಜೀವರಲ್ಲಿ ಅತಿಯಾಗಿ ಪ್ರೀತಿಯಿಟ್ಟಿರುವುದರಿಂದ ಆನಂದ ಬಾಷ್ಪದಿಂದ ಕೆಂಗಣ್ಣುಳ್ಳವನಾಗಿರುವನೋ, ವಿಪಶ್ಚಿತ್–ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ ಅವರವರ ಯೋಗ್ಯತಾನುಸಾರವಾಗಿ ನೋಡುತ್ತಿರುವನೋ, ಸಃ ಸೂರ್ಯಃ–ಆ ಪ್ರೇರಕ ದೈವವು, ಮಾ–ನನ್ನನ್ನು, ಮನಸಾ–ತನ್ನ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ, ಪುನಾತು–ಪರಿಶುದ್ಧನನ್ನಾಗಿ ಮಾಡಲಿ.

ಮುಂಜಾನೆಯ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನದಲ್ಲಿ, ತಮ್ಮ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪದ ಮಹಿಮೆಯಿಂದ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದ ಮಧ್ಯದಲ್ಲಿ ಆ ಸೂರ್ಯನಿಗೂ ಅಂತರಾತ್ಮನಾಗಿರುವವನನ್ನು ಜ್ಞಾನದೃಷ್ಟಿಯಿಂದ ನೋಡಿ, "ಅವನ ಅನುಗ್ರಹದಿಂದಲ್ಲವೇ ನಾವು ಅವನನ್ನು ನೋಡುವಂತಾಯಿತು" ಎನ್ನುವ ಕೃತಜ್ಞತೆಯಿಂದ, ಸಂತೋಷವಾಗಿ, ಆ ದೇವನನ್ನು "ಮಿತ್ರ, ಮಿತ್ರ" ಎಂದು ಆರು ಸಲ ಹೇಳಿಕೊಂಡು ಅವನೇ "ಆದಿತ್ಯ" ಅಂದರೆ ನಮ್ಮನ್ನು ತನ್ನಲ್ಲಿಗೆ ಎಳೆದುಕೊಂಡವನು–ಎಂದು ಹೇಳಿಕೊಂಡು ತೃಪ್ತಿಪಟ್ಟಾದ ಮೇಲೆ ಆ ಭಾವವು ಪಕ್ವವಾಗುತ್ತಾ ಬಂದು, ಮಧ್ಯಾಹ್ನದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪದಿಂದ, ದೃಷ್ಟಿಯು ಇನ್ನೂ ವಿಶಾಲವಾಗಿ, ಆ ಸೂರ್ಯನಿಗೆ ಅಂತರಾತ್ಮನಾಗಿರುವವನೇ ನಿತ್ಯಲೋಕವಾದ ವೈಕುಂಠದೇವ ಎಂದು ಹೇಳುವುದೇ "ಆಸತ್ಯೇನ ರಜಸಾ" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರ.

ಸತ್ಯವೆಂದರೆ ಜೀವ. ಬೃಹದಾರಣ್ಯಕವು ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಈ ಸತ್ಯಕ್ಕಿಂತಲೂ ಸತ್ಯನು ಎಂದಿದೆ [ಸತ್ಯಸ್ಯ ಸತ್ಯಂ ಏಷಾ ವೈ ಸತ್ಯಂ]; ಜೀವನು ಸ್ವರೂಪತಃ ವಿಕಾರವಿಲ್ಲದವನು; ಆದರೆ ಅವನ ಸ್ವಭಾವವಾದ ಜ್ಞಾನವು ವಿಭು ಅಂದರೆ ಎಲ್ಲೆಲ್ಲೂ ಇರಲು ಸಮರ್ಥವಾದರೂ ಅದು ಸಂಕೋಚ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಒಳಗಾಗಿರುವುದರಿಂದ ಪ್ರವಾಹ ರೂಪದಲ್ಲಿ ಕಾಣುತ್ತದೆ. ಹೂವಿನಂತೆ ಇರುವ ಚಿತ್ರಾಕಾರದಲ್ಲಿ ಎಲೆಕ್ಟ್ರಿಕ್ ಬಲ್ಬುಗಳನ್ನಿಟ್ಟು ಒಂದು ಆರಿದಾಗ ಮತ್ತೊಂದು ಉರಿಯುವಂತೆ ಮಾಡಿದಾಗ ಪ್ರಕಾಶವು ಪ್ರವಾಹದಂತೆ ಕಾಣುತ್ತದೆ– ಹಾಗೆ. ಇದರ ಸಂಕೋಚ ವಿಕಾಸಕ್ಕೆ ಪ್ರಕೃತಿಯಲ್ಲಿರುವ ರಜೋಗುಣವೇ ಮೂಲಕಾರಣ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಕೃತಿಯನ್ನು ರಜಸಾ ಎಂದು ವೇದವು ಕರೆದಿದೆ. ಮತ್ತು ಈ ಪ್ರಕೃತಿಯ ರೂಪ 14 ಲೋಕಗಳ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವುದಲ್ಲ. ಈ ಲೋಕಗಳಲ್ಲಿ ಸತ್ವ-ರಜಸ್-ತಮಸ್ ಎನ್ನುವ ಮೂರು ಗುಣಗಳು ಕೆಲಸ ಮಾಡುತ್ತಿರುತ್ತವೆ. ಹಿಂದೆ ಹೇಳಿದಂತೆ (ಪು 39) ಈ ಪ್ರಕೃತಿ ಮಂಡಲಕ್ಕೂ ಮೇಲೆ ಅಕ್ಷರ ಲೋಕವಿದೆ; ಅದಕ್ಕೆ ಮೇಲೆ ತಮೋಲೋಕವಿದೆ. ಈ ತಮೋಲೋಕವೂ ಪ್ರಕೃತಿಯಾದರೂ, ಅದರ ಮೂರು ಗುಣಗಳಲ್ಲಿ ರಜೋಗುಣ ಮಾತ್ರ ಕೆಲಸ ಮಾಡಲು ಉನ್ಮುಖವಾಗುತ್ತದೆ. ಹಾಗೆ ಆಗುವುದು ಈಶ್ವರ ಸಂಕಲ್ಪದಿಂದ. ಹೀಗೆ ಅವನು ಮಾಡುವುದು ಎಲ್ಲಾ ಜೀವಗಳು ಅದರೊಡನೆ ಕಲೆತು, ತಾನು ಅವಕ್ಕೆ ಕೊಟ್ಟಿರುವ ಜ್ಞಾನಬಲದಿಂದ ಸಂಸಾರಸುಖವನ್ನೋ ಅಥವಾ ಮೋಕ್ಷವನ್ನೋ ಹೊಂದಲಿ ಎನ್ನುವುದಕ್ಕಾಗಿ; ಆದರೆ ಅವನ ಇಷ್ಟ ನಾವು ಮೋಕ್ಷವನ್ನು

ಹೊಂದಬೇಕೆನ್ನುವುದೇ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ ಪ್ರಣವರೂಪದಲ್ಲಿ ಜ್ಞಾನಿಗಳಿಗೆ ತೋರಿಸಿಕೊಳ್ಳುವನು. ಆ ಪ್ರಣವವನ್ನು ನಾವು ಅರ್ಥದೊಡನೆ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಸಾಕ್ಷಾತ್ಕಾರವು ಅಂದರೆ ನಾವು ಪ್ರಕೃತಿಗಿಂತಲೂ ಭಿನ್ನರಾದವರು–ಎನ್ನುವ ಪ್ರಕಾಶವು ಹುಟ್ಟಿ ನಾವು ಪುನರ್ಜನ್ಮವನ್ನು ಹೊಂದುತ್ತೇವೆ; ಇವರಿಗೆ ಪ್ರಣವವು ಪರಮಾತ್ಮನ ರಥ; ಮಿಕ್ಕವರಿಗೆ, ಪರಮಾತ್ಮ ಅವರವರ ಕರ್ಮಾನುಸಾರವಾಗಿ ಫಲಕೊಡುವನು; ಅದಕ್ಕಾಗಿ ನಾನಾಕಡೆಯಿಂದ ಬರುತ್ತಿರುವನು—

2. ಪ್ರಣವ ಧ್ಯಾನದಿಂದ ನಮ್ಮನ್ನು ನಾವು ನೋಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಸಮರ್ಥರಾಗಿ ಅಕ್ಷರಲೋಕದಲ್ಲಿ ಏಕೀಭವಿಸಿ ನಿಂತಮೇಲೂ, ಆ ಲೋಕಕ್ಕೂ ಮೇಲೆ ನೋಡಿದರೆ, ನಮ್ಮ ಕರ್ಮಾನುಸಾರ ಪರಮಾತ್ಮನ ಆಜ್ಞೆಯಂತೆ ಕೆಲಸಮಾಡುತ್ತಿರುವ ದೇವತೆಗಳಿಗೂ ಒಡೆಯ ಇವನು; ಎಲ್ಲರ ಪ್ರೇರಕ ಇವನು ಎಂದು ಚೆನ್ನಾಗಿ ಮನಗಂಡು ಇವನೇ **ಉತ್ತಮಂ ಜ್ಯೋತಿಃ**–ಎಂದು ನಿಸ್ಸಂಶಯವಾಗಿ ತಿಳಿಯುತ್ತೇವೆ.

14 ಲೋಕಗಳುಳ್ಳ ಪ್ರಕೃತಿ ಮಂಡಲಕ್ಕೆ ಅವ್ಯಕ್ತವೆಂದು ಹೆಸರು; ಅದರ ಮೇಲೆ ಜೀವರೆಲ್ಲರೂ ಮುದ್ದೆಯಂತೆ ಸಮಷ್ಟಿ ರೂಪದಲ್ಲಿರುವ ಲೋಕ ಅಕ್ಷರ; ಅದರ ಮೇಲೆ ಇರುವ ತಮೋಲೋಕದಲ್ಲಿ ಈ ಜೀವ ಮುದ್ದೆಯು ಅಚೇತನ ಪ್ರಾಯವಾಗಿದ್ದು, ಅಚೇತನವೂ, ಮೊಟ್ಟೆಯಲ್ಲಿ ಮರಿಯಾಗುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಘಟ್ಟನೀರಿನಂತಿರುವ ಪ್ರಕೃತಿಯಾಗಿ ಇದೆ. ಈ ಲೋಕದಲ್ಲಿ 1ನೇ ವಾಕ್ಯದಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ರಜೋಗುಣ ಮಾತ್ರ ಉನ್ಮುಖವಾಗಿರುತ್ತದೆ. ಈ ಲೋಕವನ್ನು ಪರಮಾತ್ಮ ಮೊದಲು ಸೃಷ್ಟಿ ಮಾಡುವನು; ಅದನ್ನು ವೇದವು

"ಸೋಕಾಮಯತ; ಬಹುಸ್ಯಾಂ ಪ್ರಜಾಯೇಯೇತಿ; ಸ ತಪೋ ತಪ್ಯತ; ಸ ತಪ ಸ್ತಪ್ತ್ವಾ; ಇದಂ ಸರ್ವಮಸೃಜತ; ಯದಿದಂ ಕಿಂಚ; ತತ್ಸೃಷ್ಟ್ವಾ ತದೇವಾನ ಪ್ರಾವಿಶತ್ ತದನು ಪ್ರವಿಶ್ಯ ಸಚ್ಚ ತ್ಯಚ್ಚಾಭವತ್"...ಇತ್ಯಾದಿ (ತೈ ಉ ಆನಂದವಲ್ಲಿ 6.

"ಪರಮಾತ್ಮ ಅಪೇಕ್ಷಿಸಿದ; ಬಹುವಾಗಿ ಆಗುತ್ತೇನೆಂದು; ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡಿದ ಆಲೋಚನೆ ಮಾಡಿ ಈ ಎಲ್ಲವನ್ನೂ ಹುಟ್ಟಿಸಿದ; ಯಾವುದಾವುದಿದೆಯೋ ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ; ಅದನ್ನು ಸೃಷ್ಟಿಮಾಡಿ, ಅದರೊಳಗೆ (ಹಾಲಿನಲ್ಲಿ ಸಕ್ಕರೆಯಂತೆ) ಪ್ರವೇಶಿಸಿದ; ಅದನ್ನು ಪ್ರವೇಶಿಸಿ ಸತ್ಎನ್ನುವ ಜೀವನಾಗಿಯೂ ತ್ಯ(ತ್) ಎನ್ನುವ ಪ್ರಕೃತಿಯಾಗಿಯೂ ಬಿಚ್ಚಿಕೊಂಡ–ಇದು ಈ ಮಂತ್ರದ ಅರ್ಥ. ಸತ್ಯವಾಗಿ ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ಅಕ್ಷರ ಲೋಕದಲ್ಲಿ, "ತ್ಯ"ವಾಗಿ ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳುವುದು ತಮೋಲೋಕದಲ್ಲಿ. ಈ ತಮೋಲೋಕದಲ್ಲಿ ಅಚೇತನವೇ

ಪ್ರಧಾನ. ಚೇತನವಿದ್ದರೂ, ಅದರೊಡನೆ ಅಚೇತನವಾದ ಜ್ಞಾನವು ಸೇರಿಲ್ಲದೆ, ಅಚೇತನದಂತೆಯೇ ಇರುತ್ತದೆ. ಅದಕ್ಕಾಗಿ, ಈ ಚೇತನ ಮತ್ತು ಅಚೇತನ ವಸ್ತುಗಳಿಂದ ತುಂಬಿ ಪ್ರಕೃತಿ ಮತ್ತು ಜೀವ ಎಂದು ವಿಶದವಾಗಿ ಬಿಚ್ಚಿಕೊಳ್ಳದ ಈ ಲೋಕವನ್ನು **ಅವ್ಯಾಕೃತ**ವೆಂದು ಶಾಸ್ತ್ರವು ಹೇಳುತ್ತಿದೆ. ಪರಮ ಯೋಗಿಗೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಗೋಚರವಾಗುವುದಲ್ಲದೆ ಮೊದಲು ಇವನಿಗೆ ಗೋಚರವಾಗುವುದು **ಅಕ್ಷರ** ಅಂದರೆ **ಸತ್ಯ**ಲೋಕ. ಈ ಸತ್ಯಲೋಕವು ಚತುರ್ಮುಖನಿರುವ ಲೋಕವಲ್ಲ. ಅದಾದ ಮೇಲೆ ಯೋಗ ದೃಷ್ಟಿಗೆ ಕಾಣುವುದು "ತ್ಯ" ಲೋಕ ಅಂದರೆ ತಮೋಲೋಕ; ಅದಾದ ಮೇಲೆ **ಜ್ಯೋತಿರುತ್ತಮಂ**–ವೈಕುಂಠದಲ್ಲಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮ; ಯಾರಿಗಿಲ್ಲದಿದ್ದರೂ ವೇದಪುರುಷನಿಗೆ ಇಷ್ಟೂ ಗೋಚರವಾಗಿ ಅವನು ಹೀಗೆ ಹೇಳಿರುವನು.

3. ಹೀಗೆ ಅಕ್ಷರ ಲೋಕಕ್ಕೂ ಮೇಲೆಯೇ ಇರುವ ಲೋಕಕ್ಕೆ ಒಡೆಯನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನಿಗೆ "**ಜಾತವೇದಾಃ**" ಎಂದು ಹೆಸರು. ಇವನು ಸರ್ವಜ್ಞ; ಮುಂದೆ ಹುಟ್ಟಲಿರುವ ಜೀವರುಗಳು ಎಲ್ಲೆಲ್ಲಿ ಯಾವಾಗ ಮತ್ತು ಹೇಗೆ ಹುಟ್ಟಬೇಕೆನ್ನುವುದನ್ನೂ, ಯಾವ ಜೀವರುಗಳು ಅಕ್ಷರ ಲೋಕದಲ್ಲೇ ಉಳಿಯಬೇಕು–ಎನ್ನುವುದನ್ನೂ, ಯಾವ ಯಾವ ದೇವತೆ ಯಾವ ಯಾವ ಚೇತನ ವಿಷಯದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ಹೇಗೆ ನಡೆದುಕೊಳ್ಳಬೇಕೆನ್ನುವ ನಿಯಮವನ್ನೂ, ತಿಳಿದವನಾಗಿ ಹಾಗೆಯೇ ಪ್ರೇರೇಪಿಸುವುದರಿಂದ ಸೂರ್ಯನೆಂದು ಕಾಣಲ್ಪಡುವನು. ವೇದ ಪುರುಷನಿಗೆ ಇವೆಲ್ಲವೂ ಕಂಡಿತು. ಇಷ್ಟೂ ಕಂಡಿದ್ದಲ್ಲದೆ, ಆ ಪರಮಾತ್ಮನ ಈ ನಿರಂಕುಶ ಪ್ರಭುತ್ವಕ್ಕೆ ಚಾವುಟದಂತಿರುವ ಜ್ಞಾನ–ಬಲ–ಐಶ್ವರ್ಯ–ವೀರ್ಯ–ಶಕ್ತಿ–ತೇಜಸ್ಸೆನ್ನುವ ಷಾಡ್ಗುಣ್ಯವೂ ಕಂಡು ಈ ಆರು ಗುಣಗಳೇ ಅವನ ಭಕ್ತರಿಗೆ ಮೊದಲು ಗೋಚರವಾಗುತ್ತದೆಂತಲೂ ಕಂಡಿದೆ.

4. ಈ ರೀತಿಯ ಪರಮಾತ್ಮನ ಸೇವೆಗಾಗಿಯೇ ಈ ದೇವತೆಗಳ ಸೈನ್ಯದ ಉತ್ಪತ್ತಿ ಅವರಲ್ಲೂ ಮಿತ್ರ–ವರುಣ–ಅಗ್ನಿ ಮುಖ್ಯರು; 14 ಲೋಕಗಳುಳ್ಳ ವಿಶ್ವವನ್ನು ಅವನು ವ್ಯಾಪಿಸಿಕೊಂಡಿರುವುದೇ ಹೀಗಿರಲು ಕಾರಣ. **ಪ್ರ=ಪೂರಣೆ** ಎನ್ನುವ ಕ್ರಿಯಾಪದದಿಂದ "ಅಪ್ರಾಃ" ರೂಪವು ಬಂದಿದೆ.

5. ಹೀಗೆ ದೇವತೆಗಳಿಗೂ ಮಾನವರಿಗೂ ಕಣ್ಣಾಗಿರುವ ಪರಮಾತ್ಮ ನಮಗಾಗಿ, ನಮ್ಮ ಶ್ರೇಯಸ್ಸಿಗಾಗಿ, ನಮ್ಮೆದುರಿಗಿರುವ ಸೂರ್ಯಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಪ್ರಕಾಶಿಸುತ್ತಿರುವನು; ನಮ್ಮ ಆಯುಃ ಪರಿಮಿತಿಯವರೆಗೂ ನೋಡಿ ನೋಡಿ ನಲಿದು ಆನಂದ ಪಟ್ಟು ವೃದ್ಧಿಹೊಂದಲು ಅವನ ದಿವ್ಯ ಜನ್ಮ ಮತ್ತು ಕರ್ಮಗಳನ್ನು ಆಲಾಪಿಸುತ್ತಾ, ಪ್ರಕೃತಿಗೆ ವಶರಾಗದೆ ಯಾವಾಗಲೂ ಅವನ ಜ್ಞಾನದಲ್ಲೇ ಇರೋಣ–ಹೀಗೆ ವೇದ ಪುರುಷನು ಹೇಳಿಕೊಂಡು, ನಾವೂ ಪ್ರತಿ ದಿನವೂ ಹಾಗೆಯೇ ನೆನೆಯುತ್ತಾ ನಡೆಯುತ್ತಾ ಇರಲೆಂದು ಹೇಳಿಕೊಡುತ್ತಿರುವನು.

6. **"ಯಶ್ಛಂದಸಾಂ ವೃಷಭೋ ವಿಶ್ವರೂಪಃ"** ಎಂದು ವೇದವು (ತೈ--ಶಿ) ಹೇಳುತ್ತಿರುವಂತೆ ಪ್ರಣವ ರೂಪದಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಎದುರಿನ ಆದಿತ್ಯ ಮಂಡಲದಲ್ಲಿ ಇದ್ದರೂ, ಅವನು ದಿವ್ಯ ಮಂಗಳ ವಿಗ್ರಹದಲ್ಲೇ ಇರುವನು. ನಮ್ಮೆಲ್ಲರಲ್ಲಿ ಅವನಿಗೆ ಅತಿಪ್ರೀತಿ; ಅದರಿಂದಲೇ ಆನಂದ ಬಾಷ್ಪದಿಂದ ಅವನು ಲೋಹಿತಾಕ್ಷ; ಸರ್ವಜ್ಞ; ನಮ್ಮ ಪ್ರೇರಕದೈವಃ ಅವನು ನಮ್ಮನ್ನು ಕಾಪಾಡಲಿ—

X C ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನದ ಉಪಸ್ಥಾನ ಮಂತ್ರ

ಇಮಂ ಮೇ ವರುಣ ಶ್ರುಧೀ ಹವಂ; ಅದ್ಯಾ ಚ ಮೃಡಯ; ತ್ವಾಂ ಅವಸ್ಯುಃ ಆ ಚಕೇ; ತತ್ ತ್ವಾ ಯಾಮಿ ಬ್ರಹ್ಮಣಾ ವಂದಮಾನಃ ತದಾ (ತತ್+ಆ) ಶಾಸ್ತೇ ಯಜಮಾನೋ ಹವಿರ್ಭಿಃ; ಅಹೇಡಮಾನೋ ವರುಣೇಹ (ವರುಣ-ಇಹ) ಬೋಧಿ; ಉರುಶಗ್ಂಸ ಮಾನಃ ಆಯುಃ ಪ್ರಮೋಷೀಃ; ಯಚ್ಚಿದ್ಧಿತೇ (ಯತ್–ಚಿತ್–ಹಿ–ತೇ) ವಿಶೋಯಥಾ ಪ್ರ ದೇವ ವರುಣ ವ್ರತಂ ಮಿನೀಮಸಿ ದ್ಯವಿದ್ಯವಿ; ಯತ್ ಕಿಂ ಚೇದಂ (ಚ-ಇದಂ)ವರುಣ ದೈವ್ಯೇ ಜನೇ ಅಭಿದ್ರೋಹಂ ಮನುಷ್ಯಾಃ ಚರಾಮಸಿ ಅಚಿತ್ತೀ ಯತ್ ತವ ದರ್ಮಾ ಯುಯೋಪಿಮ ಮಾ ನಃ ತಸ್ಮಾತ್ ಏನಸೋ ದೇವ ರೀರಿಷಃ; ಕಿತವಾಸೋ ಯತ್ ರಿರಿಪುಃ ನ ದಿವಿ ಯತ್ ವಾ ಘಾ ಸತ್ಯಂ ಉತ ಯನ್ನ (ಯತ್–ನ) ವಿದ್ಮ ಸರ್ವಾ ತಾವಿಷ್ಯ (ಸ್ಯ) ಶಿಥಿರೇವ (ಶಿಥಿರಾ–ಇವ) ದೇವ; ಅಥಾ ತೇ ಸ್ಯಾಮ ವರುಣ ಪ್ರಿಯಾಸಃ ||

ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಮಾಡುವಾಗ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪದಿಂದ, ನಮ್ಮ ಅಂತರಾತ್ಮನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು, **ದೇವ, ಮಿತ್ರ, ಆದಿತ್ಯ**—ಎಂದು ಅನುಭವಿಸಿ, **ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕದಲ್ಲಿ** "ಆ ನಮ್ಮ ಅಂತರಾತ್ಮನೇ ಸೂರ್ಯ ಮಂಡಲದಲ್ಲಿ, ಸೂರ್ಯನಿಗೂ ಸೂರ್ಯನಾಗಿ, ಉತ್ತರಜ್ಯೋತಿಯಾಗಿ, ಜಾತವೇದನಾದ್ದರಿಂದ ಸರ್ವಜ್ಞನಾಗಿ ಅಂದರೆ ವಿಪಶ್ಚಿತ್ತಾಗಿ, ತಾನು ವೈಕುಂಠವಾಸಿಯಾದರೂ ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಅತಿ ಪ್ರೀತಿಯಿಂದ ಲೋಹಿತಾಕ್ಷನಾಗಿ, ಉತ್ತಮ ಜ್ಯೋತಿಸ್ಸಾಗಿಯೂ, ವೃಷಭನಾಗಿಯೂ ಕಾಣಿಸಿಕೊಳ್ಳಲು ಇರುವನಾದ್ದರಿಂದ "ಅವನನ್ನು ನೋಡಿ, ಅವನಿಂದ ಉಜ್ಜೀವಿಸಿ ಆನಂದ ಪಟ್ಟು, ಅವನಿಗಾಗಿಯೇ ಆಗುತ್ತೇನೆ" ಎನ್ನುವ ಭಾವವನ್ನು, ಮಧ್ಯಾಹ್ನದಲ್ಲಿ ಮಾಡುವ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪದ ಮಹಿಮೆಯಿಂದ, ತಾಳಿಯಾದ ಮೇಲೆ, ಅದೇ ಪರಮಾತ್ಮ ಸಾಲಿಗ್ರಾಮ ಮತ್ತು ಅರ್ಚಾಮೂರ್ತಿಯಲ್ಲಿ ನಮ್ಮ ಸೇವೆಯನ್ನು ಸ್ವೀಕರಿಸಲು ಮನೆಯಲ್ಲಿರುವನೆಂದು ಅರಿತು, ಅವನ ಇಜ್ಯಾ ಎನ್ನುವ ಆರಾಧನೆಯನ್ನು [ಪು 25] ಮಾಡಿಯಾದ ಮೇಲೆ, ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯದಲ್ಲಿ ತೊಡಗಿ, ಸಾಯಂಕಾಲದಲ್ಲಿ,

ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ, ಮಲಗುವ್ರದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಆ ದೇವನನ್ನು ಹೇಗೆ ಪ್ರಾರ್ಥನೆ ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನು ವುದನ್ನು ಈ "ಇಮಂ ಮೇ ವರಣ" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರವು ತಿಳಿಸುತ್ತದೆ.

ನಮ್ಮ ಪೂರ್ವಿಕರು ಹಗಲಿನ ಭಾಗದಲ್ಲಿ ಹೇಗೆ ನಾವು ನಮ್ಮ ಜೀವನವನ್ನು ಪಾರ ಮಾರ್ಥಿಕದಲ್ಲೇ ಇರಬೇಕೆಂದು ತಿಳಿಸಲು ಐದು ಕ್ರಮಗಳನ್ನು ಕೊಟ್ಟಿರುವರು. 1. ಅಭಿ ಗಮನ 2. ಉಪಾದಾನ 3. ಇಜ್ಯಾ 4. ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಮತ್ತು 5. ಯೋಗ. ಮೊದಲಿನ ಮೂರನ್ನು ಈಗಾಗಲೇ ತಿಳಿಸಿಯಾಗಿದೆ. (ಪು 25). ನಾಲ್ಕನೆಯ ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯವೇನೆಂ ಬುದನ್ನು ಪೀಠಿಕೆಯಲ್ಲಿ ತಿಳಿಸಿದೆ. ಐದನೇಯದು ಯೋಗ–ಮಲಗುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚಿನ ಕರ್ತವ್ಯ. ಅದು ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಿಂದ ಪ್ರಾರಂಭವಾಗಿ ಭಗವಧ್ಯಾನದಿಂದ ಕೊನೆಗೊಳ್ಳುತ್ತದೆ. ನಂತರ ನಿದ್ದೆ.

ಪ್ರಾತಃಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅವನು ಪ್ರಧಾನವಾಗಿ ನಮಗೆ **ಮಿತ್ರ ;** ಮಧ್ಯಾಹ್ನದಲ್ಲಿ ಉತ್ತಮ ಜ್ಯೋತಿಸ್ವರೂಪನಾದ **ಸೂರ್ಯ** ; ಸಾಯಂಕಾಲದಲ್ಲಿ ವರುಣ. **ಅಂತರ್ಬಹಿಶ್ಚ ತತ್ಸರ್ವಂ ವ್ಯಾಪ್ಯ ನಾರಾಯಣಸ್ಸ್ಥಿತಃ** " ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರಾರ್ಥವನ್ನು ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾಡುವುದಕ್ಕಾಗಿಯೇ ಈ ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯು ವಿಹಿತವಾಗಿದೆ. ಅಂತರಾತ್ಮ ನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನ ಧ್ಯಾನ, ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ; ಆ ಅಂತರಾತ್ಮನೇ ಸೂರ್ಯ ಮಂಡಲದಲ್ಲಿದ್ದು ತನ್ನ ತೇಜಸ್ಸಿನಿಂದ ವಿದ್ಯುಚ್ಛಕ್ತಿನ್ಯಾಯದಿಂದ (ಪು 10) ಬಹಿಃ ವ್ಯಾಪಿ ಸಿರುವವನೆಂದು ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕದಲ್ಲಿ ; ಹೀಗೆ ಅಂತರ್ಬಹಿರ್ವ್ಯಾಪ್ತಿಯನ್ನು ಹೊಂದಿರು ವವನೇ ಅಂದರೆ **ವರುಣನೇ** ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯೆಯಲ್ಲಿ.

a. " **ವೃಣೋತಿ** "- ಆವರಿಸಿರುವವನು **ವರುಣ ;** ಚೇತನಾಚೇತನ ಪ್ರಪಂಚಕ್ಕೆ ಆವರಣನಾಗಿರುವನು. ; b. **ವಾರಯತಿ** ಇತಿ ವರುಣಃ– ನಮ್ಮ ಪಾಪಗಳನ್ನು ತಡೆಯು ವವನು ; c. ವರಯತಿ–ಸಕಲ ಸಂಪತ್ಸಮೃದ್ಧಿಯನ್ನು ಕೊಡುವವನು, **ವರುಣ.**

ಪ್ರಾತರಧೀಯಾನೋ ರಾತ್ರಿಕೃತಂ ಪಾಪಂ ನಾಶಯತಿ ;
ಸಾಯಮಧೀಯಾನೋ ದಿವಸಕೃತಂ ಪಾಪಂ ನಾಶಯತಿ ;
ಮಾಧ್ಯಂದಿನಂ ಆದಿತ್ಯಾಭಿಮುಖೋಽ ಧೀಯಾನಃ ಪಂಚಪಾತಕ ಉಪಪಾತ ಕಾತ್ ಪ್ರಮುಚ್ಯತೇ.

ಎಂದು ನಾರಾಯಣೋಪನಿಷತ್ತು ಹೇಳುತ್ತಿರುವಂತೆ, ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣನ ಬೇರೆ ಬೇರೆ ಆಕಾರಗಳೇ, ತ್ರಿಕಾಲ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ ಧ್ಯಾನವಸ್ತು. ಸಾಯಂಕಾಲದಲ್ಲಿ ಅವನು ನಮಗೆ **ವರುಣ.**

1.ಹೇ ವರಣ–ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾವಂದನ ದೇವನೇ, ಮೇ–ನನ್ನ, ಇಮಂ ಹವಂ– ಈ ಪ್ರಾರ್ಥನಾರೂಪವಾದ ಕರೆಯನ್ನು, ಶ್ರುಧಿ–ಕೇಳು; ಅದ್ಯ–ಈಗ, ಮೃಡಯ-ಚ– ನನ್ನನ್ನು ಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು; ಅವಸ್ಯುಃ– (ನನ್ನ ಆತ್ಮವನ್ನು ರಾತ್ರಿ ವೇಳೆಯಲ್ಲಿ) ಕಾಪಾಡಿಕೊಳ್ಳಲು ಆಸೆಯುಳ್ಳವನಾಗಿ, ತ್ವಾಂ–ನಿನ್ನನ್ನು, ಆಚಕೇ–(ನಿನ್ನಲ್ಲಿ) ಯಾಚಿ ಸುತ್ತೇನೆ; ತತ್–ಆ ಆತ್ಮರಕ್ಷಣೆಗಾಗಿ, ತ್ವಾ–ನಿನ್ನನ್ನು, ಬ್ರಹ್ಮಣಾ–ಬ್ರಹ್ಮವಾದ ಪ್ರಣವ ದಿಂದ, ವಂದಮಾನಃ– ಸ್ತೋತ್ರಮಾಡುವವನಾಗಿ, ಯಾಮಿ–(ಶರಣು ಹೊಗಲು) ಬರುತ್ತೇನೆ; ತತ್-ಹೀಗೆ ನಿನ್ನನ್ನು ಆಶ್ರಯಿಸುವುದನ್ನು, ಯಜಮಾನಃ–ಕರ್ಮನಿಷ್ಠ ನಾದವನು, ಹವಿರ್ಭಿಃ–ಪುರೋಡಾಶ, ಆಮಿಕ್ಷಾ, ಹಾಲು, ತುಪ್ಪ ಮೊದಲಾದ ಹವಿಸ್ಸು ಗಳಿಂದ, ಆಶಾಸ್ತೇ–ತನ್ನ ಇಷ್ಟಾರ್ಥವನ್ನು ಯಾಚಿಸುತ್ತಾನೆ; ವರಣ–ಹೇ! ವರುಣ ದೇವನೇ! ಅಹೇಡಮಾನಃ– ಕೋಪವಿಲ್ಲದವನಾಗಿ, ಇಹ–ಇಲ್ಲಿ, (ನನ್ನ ವಿಜ್ಞಾಪನೆ ಯನ್ನು) ಬೋಧಿ–ಅರಿಯುವನಾಗು; ಉರುಶಂಸ–ಮಹತ್ತಾದ ಕೀರ್ತಿಯುಳ್ಳವನೇ! (ಅಂದರೆ ತನ್ನ ಆಶ್ರಿತರ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಗಮನಿಸದೇ ರಕ್ಷಿಸುವವನು ಎನ್ನುವ ಕೀರ್ತಿಯುಳ್ಳ ವನೇ!) ನಃ–ನಮ್ಮ, ಆಯುಃ–ಆಯುಸ್ಸನ್ನು- ಮಾ ಪ್ರಮೋಷೀಃ–ನಾಶಮಾಡಬೇಡ (ಅಂದರೆ ಶರಣಾಗತರಾದ ನಾವು ನಮ್ಮ ಆಯಸ್ಸನ್ನು ವ್ಯರ್ಥಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡ ಬೇಡ); ದೇವ-ದೇವನೇ! ವರುಣ-ವರುಣನಾಗಿ ಈಗಿರುವವನೇ! ತೇ-ನಿನ್ನನ್ನು ಉದ್ದೇಶಿಸಿ ಯತ್–ಚಿತ್–ಹಿ ವ್ರತಂ–ಯಾವ ವ್ರತವುಂಟೋ, ಅದನ್ನು ದ್ಯವಿ-ದ್ಯವಿ=ಸರ್ವಕಾಲ ದಲ್ಲೂ, ವಿಶೋಯಥಾ–ಸಂಸಾರದಲ್ಲಿ ಮುಳುಗಿರುವ ಅಜ್ಞಾನಿಗಳಂತೆ, ಪ್ರ-ಮಿನೀಮಸಿ– ನಾಶಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇವೆ [ಅಂದರೆ ಬುದ್ಧಿಯಿಲ್ಲದೆ ಸಂಸಾರಿಗಳು ಭಗವದ್ವ್ರತವನ್ನು ಬಿಡು ತ್ತಾರೆ; ಬುದ್ಧಿಯಿದ್ದೂ ನಾನು ಬಿಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ–ಇದು ನನ್ನ ಪ್ರಾರಬ್ಧಕರ್ಮ]; ವರುಣ- ಹೇ!ವರುಣ, ದೈವ್ಯೇಜನೇ-ಸತ್ಪುರುಷರಾದ ಭಾಗವತರಲ್ಲಿ, ಮನುಷ್ಯಾಃ–ಸಾಮಾನ್ಯರಾದ ನಾವು, ಅಚಿತ್ತೀ-ಅಜ್ಞಾನದಿಂದ, ಯತ್-ಯಾವ, ಇದಂ ಯತ್ ಕಿಂಚ-ಅಲ್ಪಸ್ವಲ್ಪ ಅಪ ರಾಧವನ್ನೂ, ಅಭಿದ್ರೋಹಂ–ಮಹತ್ತಾದ ದ್ರೋಹವನ್ನು, ಚರಾಮಸಿ–ಮಾಡು ತ್ತೇವೋ, ಯತ್-ಯಾವಪಾಪದಿಂದ, ತವ-ನಿನ್ನ, ಧರ್ಮಾ–ಕೈಂಕರ್ಯವಾದ ಧರ್ಮವನ್ನು ಯುಯೋಪಿಮ-ನಾಶಮಾಡುತ್ತೇವೋ, ದೇವ-ದೇವನೇ! ನಃ-ನಮ್ಮನ್ನು, ತಸ್ಮಾತ್=ಆ, ಏನಸಃ-ಪಾಪಗಳಿಂದ, ಮಾ ರೀರಿಷಃ-ಹಿಂಸಿಸಬೇಡ (ಅಂದರೆ ಅಂತಹ ಪಾಪಗಳನ್ನು ಮಾಡುವಂತೆ ಪ್ರೇರೇಪಿಸಬೇಡ); ಕಿತವಾಸಃ-ಕಪಟಿಗಳಾದ ನಾವು, ರಿರಿಪುಃ–ಶತ್ರುವಂತೆ ಯತ್-ಯಾವ, ನ ದಿವಿ-ನಿಷಿದ್ಧಕಾರ್ಯವನ್ನು ಅಂದರೆ ಉತ್ಕೃಷ್ಟವಲ್ಲದ್ದನ್ನೂ, ಯದ್ವಾಂಘಂ –ಮತ್ತಾವ ಪಾಪವನ್ನು,ಸತ್ಯಂ-ತಿಳಿದೂ, ಉತ-ತಿಳಿಯದೆಯೂ, ಯತ್ ನ ವಿದ್ಮ-ಅಜ್ಞಾ ನಿಗಳಾಗಿ ಮಾಡಿದೆವೋ, ಸರ್ವಾಃ ತಾಃ-ಅವೆಲ್ಲವನ್ನೂ, ಶಿಥಿರೇವ-ಭಿನ್ನಭಿನ್ನವಾಗಿ, ವಿಷ್ಯ- ನಾಶಮಾಡು; ಅಥ-ಹಾಗೆ ನೀನು ಮಾಡಿದ ಮೇಲೆ, ದೇವ-ದೇವನೇ!, ವರುಣ–ವರುಣ ದೇವನೇ, ತೇ-ನಿನಗೆ, (ನಾವು) ಪ್ರಿಯಾಸಃ–ಇಷ್ಟವಾದವರಾಗಿ, ಸ್ಯಾಮ–ಆಗುತ್ತೇವೆ.

ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾ ಮತ್ತು ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪಗಳಿಂದ, ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು ಸ್ವಾಧ್ಯಾಯ ಯೋಗ ಸಂಪತ್ತಿಯಿಂದ [ಪೀಠಿಕೆ ನೋಡಿ] ಪ್ರಸನ್ನನನಾಗಿಸಿಕೊಂಡ ಮೇಲೆ ಅವನನ್ನು ಸಾಯಂಕಾಲದ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪದಿಂದ, ವರುಣನೆಂದು ಕಂಡು, ಅವನನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ಮಂತ್ರ ವಿದು. "ಹೇವರುಣ ದೇವ! ನನ್ನ ಕರೆಗೆ ಓಗೊಟ್ಟು ಪ್ರಾರ್ಥನೆಯನ್ನು ಲಾಲಿಸು; ಸುಖಿಯನ್ನಾಗಿ ಮಾಡು; ನನ್ನನ್ನು ರಾತ್ರಿಯಲ್ಲಿ ಕಾಪಾಡಲು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುತ್ತೇನೆ; ಪ್ರಣವ ದಿಂದ ನಿನ್ನಲ್ಲಿ ಶರಣು ಹೋಗುವೆನು; ಕರ್ಮನಿಷ್ಠನು ಯಜ್ಞಯಾಗಾದಿಗಳಿಂದ ನಿನ್ನನ್ನು ಸಂತೋಷಪಡಿಸಿದರೆ, ನಾನು ಕೇವಲ ಸ್ನೇಹತುಂಬಿದ ಮಾತಿನಿಂದ ಕೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇನೆ; ಅವರಂತೆ ನಾನಿಲ್ಲವೆಂದು ಕೋಪಿಸಬೇಡ; ನನ್ನ ಆಯಸ್ಸನ್ನು ನಾನು ಹಾಳು ಮಾಡಿ ಕೊಳ್ಳುವಂತೆ ಮಾಡಬೇಡ; ನಿನ್ನನ್ನು ನೆನೆಯುತ್ತಲೆ ಇರುವಂತೆ ಮಾಡು; ನಿನಗಾಗಿ ಮಾಡಬೇಕಾದ ವ್ರತ, ನನ್ನಿಂದ ಆಗದು; ಎಲ್ಲವನ್ನು ತಿಳಿದೂ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ; ಇದು ನನ್ನ ಪ್ರಾರಬ್ಧಕರ್ಮದ ಫಲ; ಭಗವದಪಚಾರವಲ್ಲದೆ ಭಾಗವತಾಪಚಾರವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿದ್ದೇನೆ; ನಿನ್ನ ಕೈಂಕರ್ಯವನ್ನೂ ಮಾಡುತ್ತಿಲ್ಲ; ಇವನ್ನೇ ಕಾರಣವಾಗಿಟ್ಟು ಕೊಂಡು ನನ್ನನ್ನು ಹಿಂಸಿಸಬೇಡ; ನಾನು ಕಪಟಿಯೇನೋ ಹೌದು; ಪಾಪಮಾಡುವುದ ರಲ್ಲಿ ನಿಸ್ಸೀಮ; ನೀನು ಬಹು ದೊಡ್ಡವನು, ಇದೆಲ್ಲವನ್ನು ಗಮನಿಸದೆ, ಒಳ್ಳೇ ಬುದ್ಧಿ ಯನ್ನು ಕೊಟ್ಟು ನಿನಗೆ ಪ್ರಿಯನನ್ನಾಗಿ ನೀನೇ ಮಾಡಿಕೋ"

ಇತ್ಥಂ ಸಂಧ್ಯಾತ್ರಿಕಜ್ಞಾನಂ ವೇದಾಂತ–ಜ್ಞಾನ–ನಿಶ್ಚಯಂ।
ಸರ್ವೇಷಾ ಮಾಸ್ತಿಕಾನಾಂ ತದ್ಭೂಯಾ ತ್ಸತ್ಕರ್ಮಚೋದಕಂ॥



ಭಗವಾನ್ ಪ್ರಿಯತಾಂ ವಾಸುದೇವಃ

ಸಂಧ್ಯಾವಂದನ ಕ್ರಮ

ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ–ಚೆನ್ನಾಗಿ ಕಾಲುಗಳನ್ನು ತೊಳೆದು, ಪೂರ್ವಕ್ಕೋ ಉತ್ತರಕ್ಕೋ ತಿರುಗಿ ಕೂತು **ಆಚಮನ**ವನ್ನು (I–ಪು10) ಎರಡಾವರ್ತಿ ಮಾಡಬೇಕು.

ಆಚಮನವಾದ ಮೇಲೆ **ಪ್ರಾಣಾಯಮ**–(II–ಪು 15) ಅದಾದ ಮೇಲೆ, "ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾಂ ಉಪಾಸಿಷ್ಯೇ"– ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿ, **ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ** ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು. ಅದರ ಕ್ರಮವು ಹೀಗಿದೆ—

a. "**ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ**" ಇತಿ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಸಿಂಧುದ್ವೀಪ ಋಷಿಃ–ಎಂದು ಹೇಳಿ, ತಲೆಯನ್ನು ನಾಲ್ಕು ಬೆರಳುಗಳಿಂದ ಮುಟ್ಟಬೇಕು.

b. ದೇವಿ ಗಾಯತ್ರೀಚ್ಛಂದಃ–ಎಂದು ಹೇಳಿ ಮೂಗಿನ ತುದಿಯನ್ನು ಮುಟ್ಟ ಬೇಕು.

c. **ಆಪೋದೇವತಾ**–ಎಂದು ಹೇಳುವಾಗ ಹೊಕ್ಕಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಬೇಕು–ಇದಾದ ಮೇಲೆ ಅಂಜಲಿಯಲ್ಲಿ **ಆಪಾಂ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ವಿನಿಯೋಗಃ**–ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಬಲಗೈಯಿನ ನಾಲ್ಕು ಬೆರಳುಗಳಿಗೆ ಎಡಗೈಯಲ್ಲಿ ಇಟ್ಟುಕೊಂಡಿರುವ ಪಾತ್ರೆಯಿಂದ ಧಾರೆಯಾಗಿ ನಿಧಾನ ವಾಗಿ ನೀರು ಬಿಟ್ಟುಕೊಂಡು, ಆ ನೀರಿನಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆಯನ್ನು– "**ಆಪೋ ಹಿ ಷ್ಠಾ ಮಯೋ ಭುವಃ**"– (III–ಪು 16) ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಪೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳ ಬೇಕು.

ಇದಾದ ಮೇಲೆ **ಪ್ರಾಶನ.** "ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ಇತ್ಯನುವಾಕಸ್ಯ ಅಗ್ನಿ ಋಷಿಃ" ಎಂದು ಹೇಳಿ ತಲೆ ಮುಟ್ಟಿ, "ದೇವೀ ಗಾಯತ್ರೀಚ್ಛಂದಃ" ಎಂದು ಮೂಗಿನ ತುದಿಯನ್ನೂ, "**ಸೂರ್ಯೋ ದೇವತಾ**" ಎನ್ನುವಾಗ ಹೊಕ್ಕಳನ್ನೂ ಮುಟ್ಟಿ "**ಅಪಾಂ ಪ್ರಾಶನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ**" ಎಂದು ಅಂಜಲಿ ಮಾಡಿ ಬಲಗೈಯಿನ ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ಸ್ವಲ್ಪ ನೀರನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಂಡು "**ಓಂ ಸೂರ್ಯಶ್ಚ ಮಾಮನ್ಯುಶ್ಚ**" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರವನ್ನು [IV–A–ಪು21]ಹೇಳಿ, ನೀರಿಗೆ ಆವಾಹನೆ ಮಾಡಿ ಕುಡಿದು ಮತ್ತೆ **ಆಚಮನ** ಮಾಡಬೇಕು. ಅನಂತರ ಮತ್ತೆ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ. "ದಧಿಕಾವ್ಣ್ಣ" ಇತಿ **ಮಂತ್ರಸ್ಯ ವಾಮದೇವ ಋಷಿಃ**

ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಚ್ಛಂದಃ" (ಮೂಗಿನ ತುದಿ), "**ದಧಿಕ್ರಾವಾ ದೇವತಾ**" (ಹೊಕ್ಕಳು), " **ಅಪಾಂ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ವಿನಿಯೋಗಃ** " ಎಂದು ಕೈಮುಗಿದು ಹೇಳಿ, ನಂತರ,

" **ದಧಿಕ್ರಾವ್ಣ್ಣೋ ಅಕಾರಿಷಂ** "– "**ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ** "– ಇತ್ಯಾದಿ ಮಂತ್ರ ದಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು (ಪು **27** ಮತ್ತು **16**).

ನಂತರ, " **ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ** "ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ–" ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪಮಾಡಿ, ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಅಂಜಲಿಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಮೂರಾವರ್ತಿ ಆವಾಹನೆ ಮಾಡಿ, ಭೂಮಿಗೆ ಬಿಡಬೇಕು (VI ಪು 29) ಸೂರ್ಯೋದಯಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಅರುಣೋದಯದಲ್ಲೇ ಬಿಟ್ಟರೆ, ಮತ್ತೊಂದು ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕಿಲ್ಲ. ಹಾಗಾಗದಿದ್ದರೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ "**ಕಾಲಾತೀತ ದೋಷ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಥಂ ತುರೀಯ–ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ**–" ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿ, ಗಾಯತ್ರೀ ಮಂತ್ರದಿಂದ ನಾಲ್ಕನೇ ಅರ್ಘ್ಯ ಬಿಟ್ಟು "ಆಸಾವಾದಿತ್ಯೋ ಬ್ರಹ್ಮ" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದ ತನ್ನ ಸುತ್ತಲು ಪ್ರದಕ್ಷಿಣವಾಗಿ ನೀರನ್ನು ಬಿಟ್ಟು ಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮತ್ತೆ ಆಚಮನ, ಕೇಶವಾದಿ **12** ತರ್ಪಣ (ಪು **13**), ಮತ್ತೆ **ಆಚಮನ**–ಇಷ್ಟಾದ ಮೇಲೆ ಬೇರೆ ಸ್ಥಳಕ್ಕೆ ಬಂದು ಆ ಸ್ಥಳದ ಪರಿಶುದ್ಧಿಗಾಗಿ " **ಓಂ ಭೂರ್ಭುವಸ್ಸುವಃ** " ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿ ಮೊದಲು ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪವನ್ನು ಮಾಡಬೇಕು.

ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪ–ಯಥಾಪ್ರಕಾರ, " ಆಸನ ಮಂತ್ರಸ್ಯ ಪೃಥಿವ್ಯಾಮೇರುಪೃಷ್ಠ ಋಷಿಃ [ತಲೆ] "**ಸುತಲಂ ಛಂದಃ**" (ಮೂಗಿನತುದಿ) " **ಶ್ರೀ ಕೂರ್ಮೋ ದೇವತಾ** "(ಹೊಕ್ಕಳು)–ಎಂದು ಆಯಾ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಅಂಜಲಿಯಲ್ಲಿ " **ಕೂರ್ಮಾಸನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ** " ಎಂದು ಹೇಳಿ,

ಪೃಥ್ವಿ ! ತ್ವಯಾ ಧೃತಾ ಲೋಕಾಃ ದೇವಿ ! ತ್ವಂ ವಿಷ್ಣುನಾ ಧೃತಾ ।
ತ್ವಂ ಚ ಧಾರಯ ಮಾಂ ದೇವಿ ಪವಿತ್ರಂ ಕುರು ಚಾಸನಂ ॥

ಎಂದು ಭೂದೇವಿಯನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸಿಕೊಂಡು " **ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಋಷಿಃ ಬ್ರಹ್ಮಾ** (ತಲೆ), ದೇವೀ **ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ** (ಮೂಗಿನತುದಿ); **ಪರಮಾತ್ಮಾ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣೋ ದೇವತಾ** (ಹೊಕ್ಕಳು) ; **ಭೂರಾದಿ ಸಪ್ತವ್ಯಾಹೃತೀನಾಂ ಅತ್ರಿ–ಭೃಗು– ಕುತ್ಸ– ವಸಿಷ್ಠ–ಗೌತಮ–ಕಾಶ್ಯಪ– ಆಂಗೀರಸ– ಋಷಯಃ** (ತಲೆ);

ಗಾಯತ್ರೀ-ಉಷ್ಣಿಕ್- ಅನುಷ್ಟುಪ್- ಬೃಹತೀ- ಪಂಕ್ತೀ- ತ್ರಿಷ್ಟುಪ್-ಜಗತೀ ಛಂದಾಸಿ (ಮೂಗಿನ ತುದಿ); **ಅಗ್ನಿ-ವಾಯು-ಅರ್ಕ-ವಾಗೀಶ-ವರುಣ-ಇಂದ್ರ-ವಿಶ್ವೇದೇವಾಃ ದೇವತಾಃ** (ಹೊಕ್ಕಳು); **ಸಾವಿತ್ರ್ಯಾ ಋಷಿಃ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರಃ** [ತಲೆ]; **ದೇವೀ ಗಾಯತ್ರೀಚ್ಛಂದಃ** (ಮೂಗಿನ ತುದಿ); **ಸವಿತಾ ದೇವತಾ** (ಹೊಕ್ಕಳು); **ಗಾಯತ್ರೀಶಿರಸಃ ಬ್ರಹ್ಮಾ ಋಷಿಃ** (ತಲೆ); **ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ** (ಮೂಗಿನ ತುದಿ) **ಪರಮಾತ್ಮಾ ದೇವತಾ** (ಹೊಕ್ಕಳು)- ಅಂಜಲಿಯಲ್ಲಿ "**ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪೇ ವಿನಿಯೋಗಃ**" ಎಂದು ಹೇಳಿ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪವನ್ನು ಹತ್ತು ಸಂಖ್ಯೆಗೆ ಕಮ್ಮಿ ಯಿಲ್ಲದೆ ಮಾಡಬೇಕು (ಪು 15). ಜಪ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ-

ಅರ್ಕಮಂಡಲ ಮಧ್ಯಸ್ಥಂ ಸೂರ್ಯಕೋಟಿ ಸಮಪ್ರಭಂ !
ಬ್ರಹ್ಮಾದಿ ಸೇವ್ಯ ಪಾದಾಬ್ಜಂ ನೌಮಿ ಬ್ರಹ್ಮ ರಮಾಸಖಂ ||

ಎನ್ನುವ ಧ್ಯಾನ ಶ್ಲೋಕವನ್ನು ಅದರ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಂತ್ರಾರ್ಥವನ್ನೂ ಚಿಂತಿಸುತ್ತಾ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು.(ಇದರ ಅರ್ಥವನ್ನು ಪು. 38 ರಲ್ಲಿ ಕೊಡಲಾಗಿದೆ.)

ಇದಾದ ಮೇಲೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ. "**ಆಯಾತು**" **ಇತ್ಯನುವಾಕಸ್ಯ ವಾಮ ದೇವ ಋಷಿಃ** •[ತಲೆ], **ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ** (ಮೂಗಿನ ತುದಿ), **ಗಾಯತ್ರೀ ದೇವತಾ** (ಹೊಕ್ಕಳು), ಅಂಜಲಿಯಲ್ಲಿ, "**ಗಾಯತ್ರ್ಯಾಃ ಆವಾಹನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ** ಎಂದು ಹೇಳಿ '**ಆಯಾತು ವರದಾ ದೇವಿ**' ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರವನ್ನು ಅರ್ಥದೊಡನೆ ಚಿಂತಿಸಿ (ಪು 40) "**ಪ್ರಣವಸ್ಯ ಋಷಿಃ ಬ್ರಹ್ಮಾ**" (ತಲೆ), **ದೇವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಚ್ಛಂದಃ** (ಮೂಗಿನ ತುದಿ), **ಪರಮಾತ್ಮಾ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣೋ ದೇವತಾ** (ಹೊಕ್ಕಳು), **ಭೂರಾದಿ ವ್ಯಾಹೃತಿತ್ರಯಸ್ಯ ಅತ್ರಿ - ಭೃಗು- ಕುತ್ಸಾ ಋಷಯಃ** (ತಲೆ), **ಗಾಯತ್ರೀ-ಉಷ್ಣಿಕ್-ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ** (ಮೂಗಿನ ತುದಿ), **ಅಗ್ನಿ-ವಾಯು-ಅರ್ಕಾ ದೇವತಾಃ** (ಹೊಕ್ಕಳು), **ಸಾವಿತ್ರ್ಯಾಃ ಋಷಿಃ ವಿಶ್ವಾಮಿತ್ರಃ** (ತಲೆ), **ದೇವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಛಂದಃ** (ಮೂಗಿನ ತುದಿ) **ಸವಿತಾ ದೇವತಾ** [ಹೊಕ್ಕಳು] ಎಂದು ಆಯಾ ಸ್ಥಳವನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ-

ಯೋ ದೇವಸ್ಸವಿತಾಸ್ಮಾಕಂ ಧಿಯೋ ಧರ್ಮಾದಿ-ಗೋಚರಾಃ |
ಪ್ರೇರಯೇತ್ತಸ್ಯಯದ್ಭರ್ಗಃ ತದ್ವರೇಣ್ಯಂ ಉಪಾಸ್ಮಹೇ ||

ಎನ್ನುವುದರ ಮತ್ತು ಗಾಯತ್ರಿಯ [ಪು 36B] ಅರ್ಥವನ್ನು ಧ್ಯಾನ ಮಾಡುತ್ತಾ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕು.

ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪವಾದ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ "**ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯೋಪಸ್ಥಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೆ**" ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿ, "**ಉತ್ತಮೇ ಶಿಖರೇ ದೇವಿ**" [ಪು 44] ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರವನ್ನೂ ಅದರ ಅರ್ಥವನ್ನೂ ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾಡಿ "**ಮಿತ್ರಸ್ಯ ಚರ್ಷಣೀ ಧೃತಃ**" [ಪು 45] ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದೊಡನೆ ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದಾದ ಮೇಲೆ ಅಂಜಲಿಯಲ್ಲಿ "**ಸಂಧ್ಯಾಯೈ ನಮಃ**" ಎಂದು ಪೂರ್ವ ದಿಕ್ಕಿನ ದೇವತೆಯನ್ನೂ, "**ಸಾವಿತ್ರ್ಯೈನಮಃ**" ಎಂದು ದಕ್ಷಿಣ ದಿಕ್ಕಿನ ದೇವತೆಯನ್ನೂ, "**ಗಾಯಿತ್ರ್ಯೈನಮಃ**" ಎಂದು ಪಶ್ಚಿಮ ದಿಕ್ಕಿನ ದೇವತೆಯನ್ನೂ, "ಸರಸ್ವತ್ಯೈನಮಃ" ಎಂದು ಉತ್ತರ ದಿಕ್ಕಿನ ದೇವತೆಯನ್ನು ನಮಸ್ಕರಿಸಿ, "**ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್, ಮನ್ಯುಃ ಅಕಾರ್ಷೀತ್ ನಮೋನಮಃ**" ಎಂದು ತನ್ನ ದೈನ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯಪಡಿಸಿಕೊಂಡು ಸಾಷ್ಟಾಂಗ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಿ **ಅಭಿವಾದನೆ**ಯನ್ನು ಮಾಡಿ, ಮತ್ತೆ ಪೂರ್ವದಿಂದ ಕ್ರಮವಾಗಿ ತಿರುಗುತ್ತಾ "**ಪ್ರಾಚ್ಯೈನಮಃ, ದಕ್ಷಿಣಾಯೈನಮಃ, ಪ್ರತೀಚ್ಯೈನಮಃ, ಉದೀಚ್ಯೈನಮಃ**" ಎಂದು ಆಯಾ ದಿಕ್ಕುಗಳನ್ನು ಅಂಜಲಿಯಿಂದ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ, "**ಊರ್ಧ್ವಾಯ ನಮಃ**" ಎಂದು ಮೇಲಿರುವ ದೇವತಾ ವಿಶೇಷವನ್ನೂ, "**ಅಧರಾಯನಮಃ**" ಎಂದು ಕೆಳಗಿನ ದೇವತಾ ವಿಶೇಷವನ್ನೂ, "**ಅಂತರಿಕ್ಷಾಯನಮಃ**" ಎಂದು ಅಂತರಿಕ್ಷ ದೇವತಾ ವಿಶೇಷವನ್ನೂ "**ಭೂಮ್ಯೈ ನಮಃ**" ಎಂದು ಭೂದೇವಿಯನ್ನೂ, ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಎಲ್ಲರಿಗೂ ಒಡೆಯನಾದ ಪರಮಾತ್ಮನನ್ನು "**ವಿಷ್ಣವೇನಮಃ**" ಎಂದು ನಮಸ್ಕರಿಸಿ—

ಧ್ಯೇಯಸ್ಸದಾ ಸವಿತೃಮಂಡಲ–ಮಧ್ಯವರ್ತೀ ನಾರಾಯಣ ಸ್ಸರಸಿಜಾಸನ–ಸನ್ನಿವಿಷ್ಟಃ। ಕೇಯೂರವಾನ್ ಮಕರಕುಂಡಲವಾನ್ ಕಿರೀಟೀ ಹಾರೀ ಹಿರಣ್ಮಯವಪುಃ ಧೃತ ಶಂಖ ಚಕ್ರಃ। ಶಂಖಚಕ್ರ ಗದಾಪಾಣೇ ದ್ವಾರಕಾನಿಲಯಾಚ್ಯುತ। ಗೋವಿಂದ ಪುಂಡರೀಕಾಕ್ಷ ರಕ್ಷ ಮಾಂ ಶರಣಾಗತಂ॥ ನಮೋ ಬ್ರಹ್ಮಣ್ಯ ದೇವಾಯ ಗೋಬ್ರಾಹ್ಮಣ ಹಿತಾಯ ಚ। ಜಗದ್ಧಿತಾಯ ಕೃಷ್ಣಾಯ ಗೋವಿಂದಾಯ ನಮೋ ನಮಃ—ಎಂದು ಹೇಳಿ ಸಾಷ್ಟಾಂಗ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ, ಅಭಿವಾದನೆಯನ್ನು ಮಾಡಿ, "**ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯನಮಃ**" ಎಂದು ಹತ್ತಾವರ್ತಿ ಧ್ಯಾನಮಾಡಿ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯನ್ನು ಮುಗಿಸಬೇಕು.

ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ—

ಪ್ರಾತಃ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಂತೆಯೇ **ಕಾಲುಗಳನ್ನು ತೊಳೆದುಕೊಂಡು ಆಚಮನ** (I ಪು 10) ಮತ್ತು **ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ** [II ಪು 15] **ಮಾಡಿ**, "**ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ, ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ ಸಂಧ್ಯಾಂ ಉಪಾಸಿಷ್ಯೇ**–ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿ, ಪ್ರಾತಃಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಲ್ಲಿ III ಪು 16ರಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆಯೇ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, **'ಆಪಃ ಪುನಂತು'** ಇತ್ಯನು ವಾಕಸ್ಯ

ಆಪೋಋಷಿಃ (ತಲೆ) ಅನುಷ್ಟುಪ್ ಛಂದಃ (ಮೂಗಿನ ತುದಿ) **ಬ್ರಹ್ಮಣಸ್ಪತಿ ದೇವತಾ"**(ಹೊಕ್ಕಳು) **'ಅಪಾಂ ಪ್ರಾಶನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ"** ಎಂದು ಹೇಳಿ, ಅಂಗೈಯಲ್ಲಿ ನೀರನ್ನು ಇಟ್ಟುಕೊಂಡು "**ಆಪಃ ಪುನಂತು**" [ಪು 24] ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಆ ನೀರಿಗೆ ಆವಾಹನೆ ಮಾಡಿ, ಕುಡಿದು ಮತ್ತೆ ಆಚಮನ ಮಾಡಿ, **ದಧಿಕ್ರಾವ್ಣ್ಣಃ -ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ** [ಪು 27, 16] ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು; ನಂತರ ಆಚಮನ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ— **ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ, ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರಧಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ**— ಎಂದು ಹೇಳಿ ಒಂದು ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು; ಆ ಮೇಲೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಮಾಡಿ, **ಕಾಲಾತೀತ ದೋಷ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತಾರ್ಥಂ ದ್ವಿತೀಯಾರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನಂ ಕರಿಷ್ಯೇ** ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿ ಎರಡನೇ ಅರ್ಘ್ಯವನ್ನು ಬಿಡಬೇಕು—"**ಅಸಾವಾದಿತ್ಯೋ ಬ್ರಹ್ಮ**" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದ ತನ್ನ ಸುತ್ತಲೂ ನೀರನ್ನು ಬಿಟ್ಟುಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

ಮತ್ತೆ ಆಚಮನ; **ಕೇಶವಾದಿ 12 ತರ್ಪಣ** [ಪು 13]; ಮತ್ತೆ **ಆಚಮನ,** [ಪು 15 ಮತ್ತು 29ರಲ್ಲಿ] ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪವನ್ನೂ, [36, 43] ರಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪವನ್ನೂ ಮಾಡಿ—ನಂತರ ಪ್ರಾಣಾಯಾಮಮಾಡಿ,

"**ಶ್ರೀ ಭಗವದಾಜ್ಞಯಾ ಶ್ರೀಮನ್ನಾರಾಯಣ ಪ್ರೀತ್ಯರ್ಥಂ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕ ಸಂಧ್ಯೋಪಸ್ಥಾನಂಕರಿಷ್ಯೇ**" ಎಂದು ಸಂಕಲ್ಪ ಮಾಡಿ "**ಉತ್ತಮ ಶಿಖರೇ ದೇವಿ**" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರವನ್ನೂ [ಪು 44]"**ಆಸತ್ಯೇನ ರಜಸಾ**"ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರವನ್ನೂ [ಪು47] ಅರ್ಥದೊಡನೆ ಅನುಸಂಧಾನ ಮಾಡಬೇಕು. ಅದಾದ ಮೇಲೆ ಪು60ರಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ ಆಯಾ ದೇವತೆಗಳನ್ನು ನಮಸ್ಕರಿಸಿ, **ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್ ಮನ್ಯುರಕಾರ್ಷೀತ್** ಎಂದು ದೈನ್ಯವನ್ನು ತಿಳಿಯಪಡಿಸಿಕೊಂಡು, ಸಾಷ್ಟಾಂಗ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಿ, ಅಭಿವಾದನೆ ಮಾಡಿ ಆಯಾ ದಿಕ್ಕಿಗೆ ತಿರುಗುತ್ತಾ, ಆಯಾ ದಿಕ್ಕುಗಳ ದೇವತೆಗಳನ್ನು, ಮೇಲೆ, ಕೆಳಗೆ ಇರುವ ದೇವತೆಗಳನ್ನೂ, ವಿಷ್ಣುವನ್ನೂ "**ಧ್ಯೇಯಸ್ಸದಾ**"ಎನ್ನುವ ಶ್ಲೋಕಗಳಿಂದ ಅಂಜಲಿಯಿಂದ ನಮಸ್ಕರಿಸಿ, ಕೊನೆಯಲ್ಲಿ ಸಾಷ್ಟಾಂಗ ನಮಸ್ಕಾರ ಮಾಡಿ, ಅಭಿವಾದನೆಮಾಡಿ, ಹತ್ತಾವರ್ತಿ "**ಶ್ರೀ ಕೃಷ್ಣಾಯ ನಮಃ**" ಎಂದು ಉಚ್ಚರಿಸಿ ಮಾಧ್ಯಾಹ್ನಿಕವನ್ನು ಮುಗಿಸಬೇಕು.

ಸಾಯಂ ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆ—

ಇದನ್ನು ಪ್ರಾತಸ್ಸಂಧ್ಯಾವಂದನೆಯಂತೆಯೇ ಮಾಡಬೇಕು. ಆದರೆ ಮಾಡಬೇಕಾದ ಸಂಕಲ್ಪವನ್ನು "ಸಾಯಂಸಂಧ್ಯಾಂ ಉಪಾಸಿಷ್ಯೇ" ಎಂದು ವ್ಯತ್ಯಾಸ ಮಾಡಿಕೊಂಡು, III [ಪು 16] ರಲ್ಲಿರುವಂತೆಯೇ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳಬೇಕು.

IV **ಪ್ರಾಶನ—** " ಅಗ್ನಿಶ್ಚೇತ್ಯನುವಾಕಸ್ಯ ಸೂರ್ಯಋಷಿಃ (ತಲೆ) ದೇವೀ ಗಾಯತ್ರೀ ಚ್ಛಂದಃ (ಮೂಗಿನತುದಿ) ಅಗ್ನಿರ್ದೇವತಾ (ಹೊಕ್ಕಳು) ಎಂದು ಆಯಾಸ್ಥಳಗಳನ್ನು ಮುಟ್ಟಿ ಅಪಾಂಪ್ರಾಶನೇ ವಿನಿಯೋಗಃ ಎಂದು ಹೇಳಿ, " ಅಗ್ನಿಶ್ಚ " [ಪು 26] ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದಿಂದ ಆವಾಹಿತ ನೀರನ್ನು ಕುಡಿಯಬೇಕು.

ಅನಂತರ, ದಧಿಕ್ರಾವ್ಣ್ಣಃ–ಆಪೋಹಿಷ್ಠಾ" [ಪು 27, 16] ಮಂತ್ರಗಳಿಂದ ಪ್ರೋಕ್ಷಣೆ. ಅರ್ಘ್ಯಪ್ರದಾನ, ಕೇಶವಾದಿ ತರ್ಪಣ, ಪ್ರಾಣಾಯಾಮ ಜಪ, ಗಾಯತ್ರೀ ಜಪ, ಗಾಯತ್ರೀ ಉಪಸ್ಥಾನ, "ಇಮಂ ಮೇ ವರುಣ" ಎನ್ನುವ ಮಂತ್ರದ ಪು 53 ಅರ್ಥದೊಡನೆ ಅನುಸಂಧಾನ, ದೇವತೆಗಳಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ, ಭಗವಂತನಿಗೆ ನಮಸ್ಕಾರ —ಇವುಗಳಿಂದ ಕೊನೆಗಾಣಿಸಬೇಕು.

ಕೊನೆಯ ಮಾತು—ಮೂರು ಸಂಧ್ಯಾಕಾಲದಲ್ಲೂ ಉಪಸ್ಥಾನ ಮಾಡುವಾಗ "ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್ ಮನುರಕಾರ್ಷೀತ್" ಎಂದು ನಮ್ಮ ದೈನ್ಯವನ್ನು ಹೇಳಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ನಮ್ಮ ಉಪಾಕರ್ಮದಲ್ಲಿ, ನವಕಾಂಡ ಋಷಿತರ್ಪಣ ಮಾಡುವುದಕ್ಕೆ ಮುಂಚೆ ಈ ಮಂತ್ರದಿಂದಲೆ 1008 ಆವರ್ತಿ ಜಪ ಮಾಡಬೇಕೆನ್ನುವ ನಿಯಮವಿದೆ. ವೇದಾಧ್ಯಯನವನ್ನು ನಾವು ಬಿಟ್ಟಿರುವುದಕ್ಕಾಗಿ ನಾವು ಈ ಜಪದಿಂದ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತವನ್ನು ಮಾಡಿಕೊಳ್ಳುತ್ತೇವೆ. ಅಂದರೆ "ಕಾಮಃ", "ಮನ್ಯುಃ" ಎನ್ನುವುದರಿಂದ, ನಾವು ಎರಡು ದೇವತೆಗಳನ್ನು ಪ್ರಾರ್ಥಿಸುವಂತಾಯಿತು. "ಕಾಮ" ಎನ್ನುವುದು ನಮ್ಮಲ್ಲಿ ಸ್ವಾಭಾವಿಕವಾಗಿರುವ ಸ್ನೇಹವೆನ್ನುವ ಮನೋಧರ್ಮ. ಈ ಮನೋಧರ್ಮಕ್ಕೆ ಅಧಿದೇವತೆ ಭೂದೇವಿ. ಹಾಗೆಯೇ ಪು–23ರಲ್ಲಿ ಹೇಳಿರುವಂತೆ "ಮನ್ಯು"ವಿಗೆ ದೇವತೆ ಶ್ರೀದೇವಿ. ಈ ಇಬ್ಬರು ದೇವತೆಗಳನ್ನು "ಕಾಮೋಽಕಾರ್ಷೀತ್ ಮನ್ಯುರಕಾಷೀತ್ ನಮೋ ನಮಃ" ಎಂದು ಜಪ ಮಾಡುವುದರಿಂದ ವೇದಾಧ್ಯಯನವನ್ನು ಬಿಟ್ಟಿದ್ದಕ್ಕೆ ಪ್ರಾಯಶ್ಚಿತ್ತ ಮಾಡಿಕೊಂಡಂತಾಗುತ್ತದೆ.

ಸರ್ವಶೋಭನಮಸ್ತು